

<b>Zeitschrift:</b>	Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst
<b>Band:</b>	21 (1931)
<b>Heft:</b>	48
<b>Artikel:</b>	Sebastian Kneipp redivivus
<b>Autor:</b>	H.B.
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-646257">https://doi.org/10.5169/seals-646257</a>

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Du bist aber ein ganz Feiner geworden, ich hätte dich fast nicht erkannt!" Xaver Hutter starrte die schlanke Lina auch



Bad Wörishofen. — Kurpromenade.

zuerst ganz verdutzt an, dann besann er sich und erwiderte ebenso fröhlich: „Lina Segesser! Blitz noch einmal! Willst du mir etwa hier gegen die Feinheit predigen? Du siehst ja aus wie die princess of Wales!“ Sie standen eine ganze Weile und machten sich Komplimente, bis Christen trat; da rief Xaver noch, indem er ihm auf die Schulter schlug: „Christen, was bist du doch für ein Glückspilz! Hast eines der besten Lots kaufen können, und nun kriegst du auch noch die smarteste Frau in der ganzen Schweizerschaft!“ Lina errötete sehr hübsch über ihre dunklen Wangen und sagte etwas schnippisch: „Denke nur nicht, Xaver, daß ich eine Neffin geworden bin! Wenn wir erst im Blockhaus wohnen, sollen mir die Holzschuhe und das Kopftuch auch wieder passen.“ — „Glaub' ich gern!“ antwortete Xaver in voller Überzeugung.

Die Rede kam nun natürlich auf die Babette und auf Xavers Heiratsausichten, und die kluge Lina merkte bald, daß Xaver längst hätte heiraten können, wenn er nur den Entschluß der Sehaftigkeit hätte fassen mögen. Er hatte viel mehr Glück gehabt als Christen, sich aber auch viel weiter umgetrieben, und hatte sich aus allerlei Anteilen an großen Unternehmungen, für deren Ergiebigkeit er eine feine Nase hatte, wirklich ein kleines Vermögen erspekuliert. Er war auch zäh und fleißig, aber er hatte das gleiche Gebot des Vorwärts- und Höherstrebens in sich wie Lina und begriff nicht die einfache Arbeit ums tägliche Brot; sondern es sollte bei allem, was er anfangt, auch ein wirklicher Er-

folg herauskommen, und dieser Erfolg sollte dann wieder einer neuen, erstaunlichen Machenschaft als Unterlage dienen. Lina fühlte sich von diesen Grundzügen angezogen, aber Christen schüttelte den Kopf und riet dringend zum Ankauf einer Farm, damit das bisher erworbene Geld auch sicher in schätzbarem Boden stecke und nicht unversehens einmal davonlaufen könne. Aber dem Xaver lag nichts daran, mit eigenen Händen einen rauhen Boden ertragreich zu machen und im selbstgezimmerten Blockhaus zu wohnen wie Christen. „Nein“, sagte er, „wenn ich farme, dann will ich im Automobil durch meine Plantagen fahren, und meine Frau soll zu Pferd ihre Erdbeerfelder besichtigen, anders ist Farmen ein Bettelgeschäft!“ — „Na“, sagte Lina, von dieser Rede verärgert, „dann schaff dir nur einen handfesten Pony an für deine Babett! Achtzig Kilo wird sie wohl wiegen.“ Nun mußte Xaver sich ärgern, er bekam einen feuerroten Kopf, aber zugleich schlug das Feuer ihm auch aus den Augen heraus und er schaute die rassige Lina begehrlich an. Er hätte ihr gern gesagt, daß er bei seinen Zukunftsträumen keineswegs die Babette auf dem Pony gesehen hatte, aber er schämte sich doch, ein solches Geständnis zu machen. Die Lina erriet, was er nicht aussprach, sie gab ihm im stillen recht, obgleich sie ihn laut einen rechten Amerikaner nannte, die Arbeit als Raufsch und Ekstase war ihr auch nicht fremd, und als sie das nächste Mal von der Sache redeten, sagte sie ganz offen: „Du müßtest halt eine Frau haben, Xaveri, die auch gern was riskiert und die nicht heult, wenn ihr der Blitz einmal in die Rüche schlägt. Die Babett ist wohl mehr fürs Sichere und Bürgerliche; aber dann muß man nicht nach Amerika gehen wollen. Weißt du noch unsere Schaukel daheim, Xaveri? Das Schönste war doch stehend schaukeln, und wenn es hoch genug ging, dann benutzten wir den Aufschwung und sprangen von der Schaukel aufs Stalldach, du und ich. Die Babett hat immer sitzlings geschaukelt. Aber ich möchte im Leben wohl auch so aus einem Schwung in den anderen springen.“ (Forts. folgt.)

### Sebastian Kneipp redivivus.

Nicht daß Pfarrer Kneipp und seine famose Kur etwa schon in Vergessenheit geraten wären! O nein, im Gegenteil. Bad Wörishofen, seine Gründung, blüht. Was zu Kneipps Jugendzeiten ein kleines Bauerndorf war, ist heute ein — man darf wohl sagen: weltberühmter Kurort mit 4000 Gästebetten, mit Casino, Kurpromenade, Kurmusik, mit komfortablen Einrichtungen für Licht-, Luft-, Sonnen- und Wassertherapie, mit gut unterhaltenen Waldspazierwegen. Jährlich wird es von Tausenden von Kranken und Kurbedürftigen besucht — 1930 zählte das Bad 20,000 Gäste — die Hotels, Kuranstalten, Sanatorien, Pensionen und Privatzimmer füllen sich in normalen Jahren. Eine Anzahl von Kurärzten sind bemüht, im Sinn und Geiste des großen Heilkünstlers, dessen Denkmal an schönster Stelle des Kurortes steht, ihren Patienten Heilung oder Linderung ihrer Leiden zu bringen. Während der Hochsaison herrscht in Wörishofen ein reges und fröhliches Leben sowohl in den Räumen der Kuranstalten, wie draußen im Freien, in der Wasserrinne beim Wassertreten, auf der Waldwiese beim Barfußbummeln und Spielen, im Licht- und Sonnenbad, beim Wassersport, im Waldsee. Die fruchtbare Gegend mit ihren sanften Hügeln und wohlgepflegten Wäldern erscheint wie geschaffen für einen den Leib wie die Seele stärkenden Kurbetrieb. Nein, Sebastian Kneipp und seine Heilmethode, sie leben und sind tätige Gegenwart.

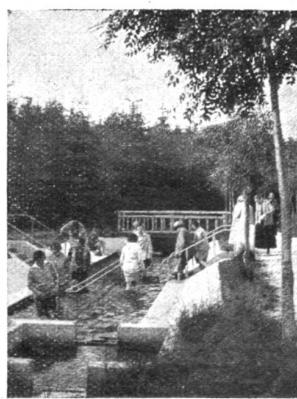
Und doch ist unser Titel berechtigt. Denn im Münchener Verlag Georg Müller ist kürzlich ein Werk erschienen, das eine Neuwendung des Interesses für den genialen Laienarzt und seine Lehre bedeuten dürfte in den Kreisen, in denen das Gedächtnis erloschen war, und für die Kreise, die mit Kneipp und seiner Kur noch nie in unmittelbare Beziehung gekommen sind.

Im Schreiber dieser Zeilen wedte das Buch von Sanitätsrat Dr. Schalle „Die Kneipp-Kur. Die Kur der Erfolge“, das hier besprochen werden soll, fröhliche Jugend-Erinnerungen. Es war damals, als die ersten Kneipp-Kalender erschienen; die im Volk so begeisterte Aufnahme erfuhren. Sie enthielten Aufsätze von Kneipp über seine Prinzipien und seine Heilerfahrungen und Beschreibungen seiner Kalt- und Warmwasser-Anwendungen. Da wurden auch Vater und Mutter des Schreibenden freudige Kneipp-Anhänger. Die Begriffe Abhärtung, Kaltwaschungen, Schenkel- und Kniegüsse, Wechsel-Fußbäder, Widel, Badungen, Dampfbäder, Kneipplaffee usw. gingen damals in bleibenden Besitz von uns Kindern über. Den sinnenfälligsten Beweis für die Rücksichtlichkeit der Kneippschen Anwendungen bildet uns heute noch die 90jährige Mutter mit ihren täglichen Augenbädern, die ihr, nach ihrer festen Überzeugung, die Gebräuchsfähigkeit der Augen für tägliches Zeitungs- und Bücherlesen und Strümpfestricken erhalten haben bis auf den heutigen Tag.

Kneipp ist ein Lebensprinzip, eine hygienische Macht im heutigen deutschen Volke und im deutschsprechenden Teile des Schweizervolkes. Und wir glauben: eine segenspendende Macht. Schon die Tatsache, daß Kneipp ein lebhafte Interesse für Fragen der Gesundheit in die tiefsten Kreise des Volkes gepflanzt hat, verpflichtet die Nachwelt zum Dank gegen ihn. Da die von ihm neu entdeckten alten Heilmittel Licht, Luft und Wasser umsonst oder fast umsonst zu haben sind, konnte der Arme sich ihrer bedienen. Und indem die von Bad Wörishofen und von andern Zentren der Naturheillehre ausgehende hygienische Welle bald ganz Mitteleuropa überflutete und die Dämme veralteter Anschaulungen und dogmatischer Vorurteile niederriss, wurde die Voraussetzung geschaffen für die Neufnung eines Kapitals an Volksgesundheit, wie es in dieser Höhe keine frühere Zeit je gekannt hat. Wir erleben ja heute einen Höhepunkt hygienischer Bestrebungen; der Sport beherrscht das Leben der Jugend, alle Welt turnt, schwimmt, liegt im Luft- und Sonnenbad oder pflegt sonstwie sportlich den Körper. Allerdings geht das in der Jugend erworbene Gut vielfach wieder verloren im Lebenskampf. Was die Hygieniker mühsam aufgebaut, reißen unsere Politiker und Wirtschafter wieder nieder. Aber das ist ein Gebiet für sich. Sicher ist, daß nur ein ganz gesundes, tüchtiges Volk



Kneipp-Denkmal.



Beim Wassertreten.

die Erkenntnis und die Kraft gewinnt, das Sklavenjoch unserer Geldwirtschaft und unserer Kriegspolitik abzuwerfen und eine neue Welt, eine Welt ohne Ausbeutung und

gegenseitiger Abschlachtung, aufzurichten. Darum darf die gesundheitliche Volksaufklärung nie sich genug tun, nie erlahmen. Ein Buch wie das vorliegende, das das von Kneipp



Bad Wörishofen. — Musikpavillon.

und seinen Jüngern geschaffene Heilverfahren — ein Verfahren, das ebensowohl vorbeugt wie heilt — zusammenfaßt und unter einen Hut bringt, muß lebhaft begrüßt werden.

Es gibt heute sogenannte Kneippärzte, wissenschaftlich durchgebildete Mediziner, die mit Überzeugung zur Kneipp-Kur stehen. Dr. Schalle ist so einer. Er hat sich als Kurarzt in Wörishofen und Redaktor der „Kneipp-Blätter“ gründlich in die Materie hineingearbeitet. Sein Werk, 568 Seiten stark, ist wohl die kompetenteste Zusammenfassung der medizinischen Anschauungen und Prinzipien und praktischen Ratschläge, die man unter „Kneipp-Kur“ versteht. Mit wie viel belegtem Recht das Buch seinen Untertitel „Die Kur der Erfolge“ trägt, darüber haben wir kein objektives Urteil. Jedenfalls schrieb ihn der Verfasser mit innerer Überzeugung hin.

Dies ist ja das Wunderbare an der Kneipp-Kur, daß sie heute, nachdem doch die Schulmedizin eine Periode großartiger Fortschritte — man denke an die Bakteriologie und Chirurgie! — hinter sich hat, noch zu überzeugen und zu begeistern vermag. Verwunderlich eigentlich nur dem, der nicht weiß, wie sehr Kneipps und seines Lehrers Brieznitz' Anschauungen über die Heilwirkungen von Licht, Luft und Wasser und ihre Theorie der Reizwirkungen schon in die wissenschaftliche Medizin eingedrungen sind. Die Zeiten haben sich geändert und mit ihnen auch die Arzneikunst. Was früher belächelt, dann gescholten und verfolgt wurde, ist heute anerkannt und in die Wissenschaft eingereiht, so der „Brieznitz-Umschlag“, die Widel aller Art.

Schalles Buch macht uns zum Eingang mit der Persönlichkeit Sebastian Kneipps bekannt. Wer war dieser Mann? Der Sohn armer Weberleute, an den Webstuhl durch die Not gefesselt bis zu seinem 18. Jahre. Dann riß er sich los und hungerte sich durch das Theologiestudium hindurch. Die Entbehrungen machten ihn gefährlich lungenkrank. Die Ärzte gaben ihn auf, 200 Audienzen hatte er hinter sich. Da entdeckte er Joh. S. Hahns Buch „Von der Heilkraft des kalten Wassers“. Mit unerhörter Energie und Konsequenz probierte Kneipp die Methode am eigenen Leibe und wurde gesund. Das Erlebnis war für ihn eine Erweckung. Er wurde zum uneigennützigen Verkünder und vielbesuchten Arzt der Wasserheilkunst. Ein Arzt aus Berufung, ein Priester-Arzt, der sich auf Seele und Leib verstand. Das Heilen wurde ihm Lebensaufgabe. Seine Heilserfolge machten ihn weltberühmt. Sein Wirkungsort wurde zum Weltbadeort. Nach dreißigjähriger erfolgreicher Praxis veröffentlichte Kneipp sein Buch „Meine Wasserkur“.

Schalle widmet der Kneipp-Kur eine eingehende Analyse. Sie ist oft mit des Bauern Brieznitz Rosskuren im

gleiche Linie gestellt worden. Ganz zu Unrecht. Briezuß stellte auf die groben, Kneipp auf die feinen, individuell dosierten Reizwirkungen des kalten Wassers ab. Milde und Kürze ist das Charakteristikum seiner Anwendungen. Seine kalten Sitz- und Halbsitzbäder dauern 6—10 Sekunden. Der Reaktion, der Gegenwirkung, schenkt er die größte Aufmerksamkeit. Nicht jeder Organismus reagiert auf die gleichen Reize gleich, darum dosiert Kneipp, arbeitet er mit „abgestimmten“ Reizen. Darum auch ist seine Kur zwar lehr- und lernbar, aber intuitiv bedingt; die besten Heilerfolge hat der berufene, erfahrene Kneipparzt.

Hauptangriffspunkt der Kneippkur ist die Haut. Dieses Organ gewinnt in der Medizin immer mehr an Bedeutung. Man nennt sie bereits „das zweite Herz“, „die zweite Lunge“. In der Haut enden die Blutgefäßnerven. Das Oberflächenkapillarsystem mit seiner wärmeregulierenden Funktion ist für den Körperhaushalt von größter Bedeutung. Seine Reaktionsfähigkeit zu fördern und zu steigern ist die vornehmste Aufgabe der Hydrotherapie. Der Blutdruck, die Tätigkeit der inneren Drüsen stehen mit dieser Reaktionsfähigkeit in engstem Zusammenhang.

Nach Kneipp sind alle überhaupt heilbaren Krankheiten mit seiner Kur heilbar. Es sei betont, daß diese nicht nur mit kalten, sondern auch mit heißen Anwendungen und vor allem auch mit Diät arbeitet. Dementsprechend sind die Anwendungen der Kneippkur überaus mannigfaltig. Schalle beschreibt sie vom Ganz-, Halb-, Fuß- und Armbad bis zum Augenbad, von den verschiedenen Wickeln bis zu der langen Reihe der abgestimmten reinen und zusätzlichen Bäder.

Der Hauptteil seines Buches handelt von den einzelnen menschlichen Krankheiten und deren Heilung durch Kneipp-Anwendungen. Es findet da jeder Kranke Ratschläge für sein spezielles Leiden, zunächst im Sinne der Selbsthilfe; aber verantwortungsbewußt wird der Moment festgestellt, wo die Hilfe des Arztes einsetzen muß. Schalles Werk ist trotz seiner gemeinverständlichen Darstellung — leider muß man das heute noch feststellen — durchaus wissenschaftlich fundiert. Es darf darum als ärztlicher Ratgeber jedem empfohlen werden. Wer nervenleidend ist, mit Schlaflosigkeit, Migräne, Kopfschmerzen, Neuralgien, Gürtelrose, Epilepsie, Ischias, Rüdenmarkschwindsucht, mit Herzleiden oder Krankheiten der Lunge, Leber, Niere, des Magens und anderer innerer Organe behaftet ist, findet hier nicht nur die Beschreibung des Leidens, sondern auch den Trost, daß für seinen Fall auch das Heilmittel existiert. Den Frauenkrankheiten, den Kinderkrankheiten, den Infektionskrankheiten, den Diätfragen und Kräuteruren sind eigene Abschnitte und Kapitel gewidmet.

Kneipp starb den 17. Juni 1897 siebenundsechzig Jahre alt. Seine geniale Persönlichkeit hat einen unauslöschlichen Eindruck hinterlassen. Sein Werk hat Bestand gehabt. Seine Ideen und seine Grundsätze wirken noch wie vor fünfzig Jahren. Wer einmal davon ergriffen war, trägt sie überzeugt und bereichert durch sein ganzes Leben. Dass recht viele noch von ihnen ergriffen werden, insbesondere unsere Kinder und Kindeskinder, das erhoffen wir als Wirkung von Dr. Schalles Buch.

H. B.

## Über die Alters- und Hinterlassenen-Versicherung.

(Ein Gespräch am Familientisch.)

Sohn: Wirst du am 6. Dezember Ja oder Nein stimmen, Vater? Ich selbst habe noch nicht Zeit gehabt, die Sache zu verfolgen. Bis man sich durch diese langen Zeitungsartikel hindurchgelesen hat ... du kannst mir eigentlich Auskunft geben.

Vater: Na ja, so sind die Jungen. Für Sport haben sie Zeit, für die staatsbürgerlichen Dinge nicht.

Mutter: Und wir Frauen sollen wieder einmal nur zuhören, wenn die Männer über wichtige Bundesgesetze reden. Zahlen dürfen wir, aber mitsprechen, mitbestimmen — nein, dazu sind wir zu dumm.

Tochter: Ja, müssen wir Frauen denn auch Beiträge zahlen in der neuen Versicherung?

Mutter: Eben ja, so wie wir auch steuern dürfen und trotzdem nur Bürger minderen Rechtes sind.

Vater: Du, Mutter, magst recht haben. Aber das Frauenstimrecht steht jetzt nicht zur Diskussion, heute geht es um das Wohl der Alten, der Witwen und Waisen. — Zuerst will ich Fritz auf seine Frage antworten. Ich werde am 6. Dezember mit Freuden ja stimmen; denn dieses Versicherungswerk — wenn es Tatsache wird — scheint mir am schönsten den Schweizer Wahlspruch „Einer für alle, alle für einen“ zu verwirklichen.

Sohn: In unserer Falle wirst du wohl der Eine sein, der für uns alle zahlt.

Vater: Ich denke auch. Aber für dich nur so lange, bis du deine Examens hinter dir hast, und für Mutter, bis sie stimmberechtigte Staatsbürgerin ist ...

Mutter: Aber mit Monatsgehalt als Hausfrau, nicht wahr?

Tochter: Und wer zahlt für mich?

Vater: Also, die Sache ist so: Jeder Schweizerbürger, ob reich oder arm, ob männlich oder weiblich, zahlt vom 19. bis zum 65. Altersjahr seinen Beitrag und zwar der Mann 18 und die Frau 12 Franken im Jahr. Auch die in der Schweiz mindestens seit einem Jahre niedergelassenen Ausländer. Fritz und ich zahlen je 18, Mutter 12 Franken, macht zusammen 48 Franken im Jahr. Rosa braucht erst übernächstes Jahr und Tante Veronika, weil sie über 66 Jahre alt ist, überhaupt nichts mehr zu zahlen. Dafür muß Tante für ihre Haushälterin, trotzdem diese ihre 12 Franken auch zahlt, noch den Arbeitgeber-Beitrag von 15 Franken jährlich leisten, wie das der Fabrikant oder Gewerbetreibende für seine Arbeiter, der Bauer für seine Knechte und Mägde auch tun muß. Nur für die in seinem Betriebe arbeitenden Familienangehörigen und Verwandten braucht der Geschäfts- oder Bauersmann nicht zu zahlen.

Auch nicht für die bloß vorübergehend bei ihm Beschäftigten.

Mutter: Wie ist es aber mit den armen Leuten, wie z. B. unsere Wäscherin mit ihren vielen Kindern?

Vater: Für die Bedürftigen müssen die Gemeinden unterstützen, aber auf eine diskrete, nicht armengenössige Weise. Und den Müttern mit mehr als 5 Kindern erlaßt man überhaupt jeden Beitrag.

Sohn: Mir scheinen die 15 Franken pro Arbeitskraft eine schwere Belastung der Arbeitgeber. Wie kann man diese begründen?

Tochter: Ja, warum muß Tante mit ihrer kleinen Rente noch für Rosa zahlen?

Vater: Die Arbeitgeberbeiträge sind eine finanzielle Notwendigkeit. Ohne sie ginge es nicht. Zudem hat der Arbeitgeber ein mehr als humanitäres Interesse daran, daß sein Angestellter und dessen Angehörige gegen die Not des Alters und gegen die Härten des Witwen- und Waisenloses einigermaßen gesichert sind. Tante kann froh sein, daß die Rasse ihr die Sorge um Rosas Alter zu einem schönen Teile abnimmt. Der gemeinsame Beitrag ist ein Band mehr der Solidarität aller Volksklassen unter sich und wirksamer als alles Reden für oder gegen den Klassenkampf.

Sohn: Reichen denn überhaupt die von dir genannten Beiträge zur Finanzierung des Versicherungswerkes aus?

Vater: Diese Frage habe ich von dir erwartet. Aber erst müßt ihr noch wissen, was die Rasse leisten will.

Nach einer Übergangsperiode von 15 Jahren sollen die Kantone jedem Bürger, der das 65. Jahr erreicht