Ein Vortrag von Pfr. Kneipp [Fortsetzung]

Autor(en): **Kneipp**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Annalen der Elektro-Homöopathie und Gesundheitspflege : Monatsschrift des elektro-homöopathischen Instituts in Genf**

Band (Jahr): **3 (1893)**

Heft 6

PDF erstellt am: **24.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-1038590

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Ein Vortrag von Pfr. Kneipp.

(Fortsetzung.)

„Wenn ihr einem Bauernburschen sechs Wochen warmes Wasser zum Baden gebt, so wird er den dritten Theil oder die Hälfte seiner Kräfte verloren haben. Eine Mutter glaubte ihrem Kinde nicht so viel zumuthen zu sollen und tauchte ihr Herzkäferl erst in warmes und dann in kaltes Wasser. Das Kind schrie stets mörderisch. Auf den Rath einer Nachbarin hat sie dann das Kind gleich ins kalte Wasser „eintunkt“ und 's Schreien hat's eingestellt. Die Wasserkur ist zwar nichts Neues, müßt nicht glauben, daß ich die Wasserkur erfunden habe, ich habe sie auch nicht studiert, ich habe sie nur durch Erfahrung kennen gelernt. Gerade unsere Vorfahren haben sie nobel gebraucht und damals hat das Volk ein hohes Alter erreicht.

„Vor drei Wochen war ein Kurgast aus Afrika da. Ich fragte ihn, wie lange dort die menschliche Lebensdauer währe. 70 bis 75 Jahre, sagte er. Dann hat er mir die Lebensweise geschildert, und ich mußte mir sagen, die Leute leben ihrer Natur gemäß. Die Hausväter vermögen viel, im Guten wie in der Dummheit. Wenn's euch in eurer Schwächlichkeit und Angst gar so viel Ueberwindung kostet, so denkt daran, daß es euch die Kinder später in ihrer Gesundheit danken werden. Der zweite Fehler ist die unglückliche Nahrung. Ich kann euch sagen, daß viele Tausende und Abertausende von Kindern das Glück nicht haben aufgezogen zu werden so vernünftig, wie man manchen Vogel und manches Hausthier aufzieht. Das ist wahr und ich kanns beweisen durch Beispiele. Da brachte mir eine Gräfin vor zwei Jahren vier Kinder, die in einer solchen Armseligkeit waren, wie ich vier Geschwister noch nie gesehen. Das eine war 15, das andere 13, das dritte 11 und das vierte 9 Jahre alt. Eines sah verkümmerter aus als das andere, daß ich zu dieser gnädigen Frau — bei mir kommt's gerade 'raus, wie ich's d'rin habe: Vier armseligere Krüppel als diese, Frau Gräfin, habe ich noch nie gesehen. Diesen Kindern haben Sie doch gar nichts Gescheit's oder Vernünftig's zum Essen gegeben. Man kann sich denken, wie die Frau Gräfin diese Worte aufgenommen. „Ich glaube nicht, sagte sie, daß ich mir einen Vorwurf geben kann. Ich habe das ganze Jahr einen Arzt und was er anordnet, das habe ich aufs pünktlichste befolgt und mehr kann ich doch nicht thun.“ — Was haben Sie denn Ihren Kindern gegeben? — „Meine Kinder bekommen stets den feinsten und theuersten Kaffee, sie bekommen das beste Bier, das ich finden kann, den feinsten Wein, von dem die Flasche, ich weiß nicht wieviel, kostet, sie bekommen die feinste Mehlkost.“ — Na, sag' ich, das ist ja lauter „G'lump“, jetzt wundert's mich gar nicht, daß Ihre Kinder so sind. — „Ich möchte fünf bis sechs Wochen bleiben, wenn Sie glauben, daß mit meinen unglücklichen Kindern noch etwas zu machen sei.“ — Gut, sage ich, da hab' ich Respekt, aber jetzt ordne ich an, was die Kinder essen sollen. Morgens geben Sie Ihren Kindern eine Kraftsuppe. — „Sie essen mir keine Suppe.“ — Dann kriegen's gar nichts. Wenn man keinen Hunger hat, soll man nicht essen. Lassen Sie zwei oder drei Tage vergehen und stellen Sie ihnen nur Suppe hin, sie werden dann schon danach verlangen. Zweitens bekommen Ihre Kinder keinen Tropfen Bier, Kinder brauchen kein Bier, es enthält keine Nährstoffe. Wein, das fehlte noch. Alkohol und Kindernatur passen zusammen wie die Faust aufs Auge. Unterm halben Tag zwischen 9 und 1/2 10 Uhr geben Sie Ihren Kindern ein Stück Kraftbrod und ein Gläschen voll Zuckerwasser,

fünf bis sieben Löffel voll Zucker, das dürfen sie nebenzu trinken. Mittags sollen sie Suppe, Gemüse und Fleisch bekommen, nichts Feines, nichts Gebackenes, das gehört zum G'lump. Am Nachmittag zwischen drei und vier Uhr gebt Ihr ihnen wieder ein Stück Kraftbrod und einen kleinen Apfel. Abends bekommen sie wieder Suppe mit Kraftbrod und, wenn sie stärker sind, etwas Fleisch dazu. Jetzt kommt aber erst die Arbeit. Täglich zweimal werden sie mit Wasseranwendung gesegnet, das heißt: zweimal müssen sie Wasseranwendung machen. Jetzt mögt ihr wissen, wie die Kinder geworden sind. Nach sechs Wochen, kann ich euch sagen, daß unter einigen hundert Kurgästen keiner war, dem diese Kinder nicht aufgefallen sind. Vor sechs Wochen hatte man nicht geglaubt, daß eines der Kinder noch ein heiteres Gesicht machen oder scherzen könne vor Armseligkeit und nun waren die Kinder so fröhlich, so zutraulich, so gesund. Die Gräfin war unendlich erfreut. „Warum gab man mir solche Räthe?" fragte sie. Diese vier sind wirklich ein Beispiel, und so sage ich: Gebt den heranwachsenden Kindern doch keine andere Kost als nur eine solche, die gutes Blut gibt, viel Blut gibt und die das Blut nicht verdirbt. Ich will's bald aufzählen: Keinen Kaffee, keinen Thee, kein Bier, keinen Wein, keinen Lebkuchen und nichts, was vom Konditor kommt, das gibt alles kein gutes Blut. Die schönsten Kinder findet man auf dem Dorfe bei den ärmsten Leuten, welche jahraus jahrein von Erdäpfeln und Brodsuppe sich nähren. Ich selbst bin nur ein armer Webersohn und bin mit Erdäpfeln und Schwarzbrot aufgefüttert worden und bin ein Mordskerl gewesen mit 18 Jahren. Aber nicht allein die kleinen Kinder, auch die heranwachsende Jugend soll Wasser gebrauchen. Ich verwerfe das Turnen nicht, aber barfuß laufen und in der Woche zwei- bis dreimal kalt baden, so ginge das vor dem anderen Turnen, das kräftigt, härtet ab und rüttelt an der Natur, so daß sie eine strenge Polizei ausübt und die krankhaften Stoffe herauswirft.

Jetzt kommt ein drittes und da weiß ich nicht, ob die falsche Kost nachtheiliger ist oder das Uebel, das ich bezeichnen will. Wenn die Kinner verweichlicht werden, werden sie armselige Menschen bleiben. Wenn wir ein Dutzend Fräuleins ansehen, die gelb und bleich aussehen, so kann man die Ueberzeugung haben, daß sie nicht allein nicht eine gute Kost genießen, sondern sich auch verweichlicht haben, daß sie nicht abgehärtet worden sind, weder durch Arbeit noch durch Wasser. Was wird aus solchen Kindern mit der Zeit werden. Wie leicht kommt mit der Zeit Schwindsucht, Lungenkrankheiten und dergleichen.

Wir haben heutzutage eine Krankheit, eine moderne Krankheit, von der viele erfaßt sind, das ist die Nervosität. Habe ich doch den ganzen Sommer von Mai bis Oktober 2500 Kurgäste gehabt, und wie viele und tausende von ihnen sind nervös gewesen oder sagen wir nur fast alle. Nervös, das ist gewöhnlich nur eine Nebenkrankheit von der übrigen Krankheit. Wenn wir diese Nervosität bei unseren Kindern aus der Welt verbannen wollen, so weiß ich kein anderes Mittel, als Abhärtung. Medikamente gibt's keine gegen Nervosität. Man kann höchstens Medikamente einnehmen, um noch nervöser zu werden. Gute Kost läßt im Verein mit Abhärtung keine Nervosität aufkommen. Wenn die Kinder heutzutage in den Schulen überladen werden mit Gegenständen oder, wenn gar noch Kinder ausgewählt werden für höhere Studien, ist es kein Wunder, wenn man diese Büblein so armselig dastehen sieht. Sie müssen sich über ihre Kräfte anstrengen, um sich in höhere Klassen hinaufzuarbeiten. Wenn der Knabe mit zehn Jahren

nicht schon in die Lateinschule geht, so weint und jammert man schon, es sei schon zu spät, sonst wird er, — hätt' ich bald gesagt — nicht nervös. Ich habe meine Studien erst mit dem 21. Jahre begonnen, und ich bin recht froh und danke Gott, daß es so gekommen ist, denn ich hätte aus den Büchern nie gelernt, was ich in den zehn Jahren, da ich noch webte, unter dem Volk gelernt habe und bin doch noch an den Platz gekommen, wo ich schon mit zehn Jahren hingewollt habe. Man soll die Kinder auch in der Kleidung recht abhärten. Landkinder sind im Vergleich zu Stadtkindern viel glücklicher dran. Die Landkinder haben die freie Luft, sind viel im Freien und dann haben sie andere Kleidung. Und die Kleider der Stadtkinder sind gar nicht recht. Wenn ich nur recht viele Mütter hier hätte, um ihnen zu sagen, wie gesund es ist, die Kinder barfuß laufen zu lassen. Unter meinen 2500 Kurgästen sieht man nur einige, die vielleicht in den letzten Tagen erst angekommen sind, in Schuhen. Alle anderen laufen barfuß, ohne daß ich es einem zu befehlen brauche. Wenn die Kinder nicht verweichlichen sollen, so müssen sie jede Gelegenheit zum Barfußlaufen benützen. Ich will euch die Wirkung sagen vom Barfußlaufen. Wie viele gibt es, die das ganze Jahr, auch im Sommer kalte Füße haben. Wer kalte Füße hatt, hat zuviel Blut im Kopf oder auf der Brust. Wer viel Blut im Kopf hat, hat einen schweren Kopf, der nicht zum Denken tauglich ist. Wer viel Blut auf der Brust hat, hat auch seine Beschwerden. Barfußlaufen leitet das Blut abwärts. In Augsburg habe ich eine Person getroffen, die auf der Straße barfuß lief und mir auf Befragen erklärte, sie habe es in Wörishofen gelernt. Aber wenn einer auch nur eine Viertelstunde vor dem Schlafengehen im Zimmer barfuß auf- und abgeht oder, wenn er ein kleines Gärtchen besitzt, in diesem barfuß sich ergeht, sorgt er für Ableitung seines Blutes und für warme Füße. Ist das zu viel verlangt? Gewiß nicht! Er kann's aber auch auf andere Weise machen, wenn er viermal in der Woche kaltes Wasser auf die Kniee gießt und darauf spazieren geht, dann wird das Blut wieder geregelt laufen und er wird keine kalten Füße mehr haben. Das Wasser ist das wahre Universalmittel.

Man brachte mir ein Kind aus der Schweiz, welches stockblind war. Die Wasseranwendung hat das Kind in wenigen Wochen sehend gemacht. Welche Freude und welche Dankbarkeit die Angehörigen hatten, das ist nicht zu sagen. In meinem Kinderasyl in Wörishofen (es zählt jetzt 125 Pfleglinge) sind auch taubstumme Kinder. Eines davon ist kürzlich durch die Heilkraft des Wassers hörend geworden. Das Wasser und einige Kräuter reichen aus, um lange zu leben und kräftig und gesund zu bleiben. Das Wasser müssen wir aber vorsichtig und vernünftig anwenden, damit wir nicht durch unvernünftige Anwendung unsere Natur zu Grunde richten. Man soll es nicht zu stark anwenden; eine leise, vorsichtige Anwendung verspricht den sichersten Erfolg. Wasseranwendung hat es immer gegeben. Man hat Hydrotherapie vor Jahrhunderten schon geübt. Nun glaube ich genug gesagt zu haben, wie man Kinder erziehen soll. Was man den Kindern nicht geben soll, ist: kein warmes Wasser, sondern frisches Wasser, eine gute Kost und keine Taugenichts, keine verweichlichende Kleidung, sondern einfache Kleidung. Der Rock soll nur unsere Blöße bedecken und und schützen vor Hitze und Kälte. Der Spatz hat auch nur einen Sommerfrack und einen Winterfrack; andere Thiere nur einen Sommerpelz und einen Winterpelz und kommen auch durch. Der Mensch soll auch beim Natürlichen bleiben. (Schluß folgt)