Die Wasserkur

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Nidwaldner Kalender**

Band (Jahr): **39 (1898)**

PDF erstellt am: **25.05.2024**

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

Die
Wasserkur.

Die Wasserkur.

„Weit das Beste ist das Wasser!"
Sprach einst Pindar freudentflammt;
Alle schnöden Wasserhasser
Werden durch sein Wort verdammt!
Meere, Flüsse,
Flutergrüsse,
Quellen, Bäche, Brünnelein,
Waschen Alles sauberrein.

Doch des Wassers mächtig Walten
Zu erkennen, seine Kraft,
War der Nachwelt vorbehalten
Und der heut'gen Wissenschaft.
Kneippmethode
Ist jetzt Mode;
Jede Krankheit klein und groß
Wird man durch das Wasser los.

Wird sich bald noch jemand finden,
Der das Kneippen nicht versteht?
Der nicht steckt in Kneipp'schen Binden,
Nicht in Kneippsandalen geht?
Wickel, Güsse,
Bloße Füße,
Span'sche Mäntel, Malzkaffee
Zeitigt jetzt die Kneippidee.

Wer will für den Magen sorgen,
Wem im Kopfe fehlt etwas,
Watschelt schon am frühen Morgen
Fröstelnd durch das nasse Gras,
Schlüpft in Socken,
Die schön trocken;
Rennt sodann im schnellsten Trab
Straßen auf und Straßen ab.

Mit Vergnügen, mit Behagen
Steigt der Kneipper in das Bad,
Taucht hinein bis an den Kragen
Auch beim stärksten Kältegrad.
Drei Sekunden
Sind entschwunden;
Zähneklappernd zieht der Mann
Schnell die warmen Hosen an.

Minder groß ist das Vergnügen,
Das man span'schen Mantel nennt,
Eingewickelt dazuliegen
In dem nassen Element;
Und dem Jucken
Und dem Zucken
Und dem Beißen bieten Trotz,
Regungslos gleich einem Klotz.

Bald verlernt ein Mann das Spassen,
Der zum Blitzguß steht bereit,
Wenn der Schlauch die Wassermassen
Auf den bloßen Buckel speit;
Wenn mit Sausen
Und mit Brausen
Tropfen, hart wie Kieselstein,
Prasseln auf das Fleisch hinein.

Erstlich fängt des Strahles Toben
Unten bei den Fersen an,
Und durchschreitet dann nach oben
Stets im Zickzack seine Bahn.
Ganze Wendung!
Neue Spendung!
Auf die Brust und in's Gesicht
Fällt der Blitz mit Bleigewicht.

Wenn du vierzig solcher Blitze
Zu empfangen bist bereit,
So vertreibst von ihrem Sitze
Du des Leibes Fettigkeit;
Wirst sehr hager,
Dünn und mager,
Bleibst du nicht, o Mißgeschick,
Grad wie vorher rund und dick!

Zarte Seelen, die Entsetzen
Vor dem jähen Blitz erfaßt,
Können sich in's Sitzbad setzen,
Das für sie viel besser paßt.
Ach, wie schonend
Und doch lohnend
Sorgt für jegliche Natur
Wundervoll die Wasserkur!

Außen helfen nasse Wickel,
Innen wirkt verschiedner Thee,
Wohlbekannte Kneippartikel
Schützen dich vor jedem Weh.
Wassertreten
Kann dich retten!
Wer so'was recht lange treibt,
Sicher lang am Leben bleibt.

Seht, wie jedes Menschenübel
Vor dem Wasser weichen muß!
Ehrt darum die Wasserkübel,
Ehrt den Blitz- und Schenkelguß!
All' ihr Wannen,
Schläuche, Kannen,
All' ihr Wickel, schmal und breit,
Seid gepriesen jederzeit!