



Das Leben von Sebastian Kneipp

Sebastian Kneipp wurde am 17. Mai 1821 als viertes Kind eines Hauswebers in Stephansried bei Ottobeuren geboren. Not, Elend und Entbehrungen prägten seine Kindheit, in der er hart arbeiten und dem Vater am Webstuhl helfen musste. Schon in jungen Jahren hatte er den Wunsch, Geistlicher zu werden. Er bewarb sich bei zahlreichen Pfarrämtern, wurde jedoch nirgendwo aufgenommen. Erst der Kontakt zu Kaplan Dr. Merkle aus Bad Grönenbach, ein entfernter Verwandter seiner Familie, brachte 1842 eine erste wichtige Wendung in sein Leben. Merkle erkannte Kneipps Begabung und unterstützte ihn maßgeblich. Eineinhalb Jahre blieb Kneipp bei ihm in Grönenbach und folgte seinem Mentor und Förderer schließlich nach Augsburg und kurze Zeit später nach Dillingen, wo er ab 1844 das Gymnasium besuchte.

1846 erkrankte Kneipp an Lungentuberkulose. Trotz der schweren Krankheit machte er in nur vier Jahren das Abitur. Mit Beginn seines Theologiestudiums kam im Frühjahr 1849 der völlige Zusammenbruch. Mut und Hoffnung schöpfte Kneipp während dieser Zeit aus einem 1743 erschienenen Buch des Arztes Johann Sigmund Hahn über die Wirkkraft des Wassers. Er setzte die dort niedergeschriebenen Erkenntnisse in waghalsigen Selbstversuchen in die Praxis um. Am 16. November 1849 hatte er ein Schlüsselerlebnis, das sein Leben komplett verändern sollte: Er lief keuchend und wie in Trance zur Donau, riss sich die Kleider vom Leib und tauchte, erhitzt wie er war, bis zum Hals in das eiskalte Wasser ein, zählte bis drei, stieg wieder heraus, zog sich an, und rannte so schnell er konnte zurück nach Hause. Das Ergebnis war erstaunlich: Kneipp fühlte sich zunehmend frischer und gesünder, so dass er das Experiment nach drei Tagen wiederholte. Und wieder stellte sich ein stärkendes, erfrischendes Wohlbefinden ein. Von diesem Zeitpunkt an nahm er zwei- bis dreimal pro Woche ein kurzes Bad in der eiskalten Donau. Ergänzend dazu verabreichte er sich selbst Halbbäder und Güsse. (Dies war im Grunde die Geburtsstunde der Kneippschen



Wassertherapie: Zuerst durch körperliche Anstrengung den Körper erwärmen, dann einen sehr kurzen Kaltreiz setzen, sich anschließend nicht abtrocknen und sofort den Körper durch körperliche Anstrengung wieder erwärmen.)

Sebastian Kneipp wurde wieder vollständig gesund und schöpfte neue Lebenskraft. 1849 bekam er ein Stipendium im Theologischen Seminar Georgianum in München. Dort setzte er seine Kaltwasseranwendungen fort und half damit gelegentlich auch seinen Kommilitonen bei manchen Beschwerden. Schnell bekam er den Spitznamen „Dr. Hydrophilus“.

1852 erhielt er im Alter von 31 Jahren das Abschlusszeugnis des Georgianums und empfing am 5. August im Augsburger Dom die Diakonatsweihe. Einen Tag später wurde er zum Priester geweiht. Am 24. August 1852 feierte er zusammen mit seinem Vater in der Ottobeurener Basilika seine Primiz.

Im selben Jahr begann Kneipp, seine Behandlungserfahrungen an Patienten anzuwenden, die zu ihm kamen, weil ihnen entweder von den Ärzten nicht geholfen wurde oder weil sie kein Geld hatten, einen Arzt zu bezahlen. Des öfteren half er auch, wenn er als Priester zu Kranken gerufen wurde, um beispielsweise die Sterbesakramente zu geben. Eine an Cholera erkrankte Frau heilte er vollständig. Schnell sprach sich herum, dass der „Cholera-Kaplan“, wie Kneipp inzwischen von der Bevölkerung ehrfürchtig genannt wurde, zügig und kostenlos half, was auf zunehmende Kritik der Ärzte und Apotheker stieß. Sie fühlten sich durch Kneipps Wirken brüskiert – es wurde Anzeige gegen ihn erstattet. Kneipp mußte vor Gericht erscheinen und verteidigte sich dort mit dem Argument, ob man Kranken nicht helfen dürfe, wenn die Ärzte nicht mehr helfen können oder wollen und der Kranke mittellos ist. Der Fall nahm eine überraschende Wendung: Der Richter ließ sich von Kneipp Ratschläge zur Behandlung seines Rheumatismus geben und stand ihm in seinem Urteil zu, hilfsbedürftige und mittellose Menschen kurieren zu dürfen.

Nach etlichen beruflichen Stationen wurde Kneipp im April 1855 als Beichtvater ins Dominikanerkloster nach Bad Wörishofen versetzt, wo er aufgrund seiner guten



Kenntnisse zugleich auch als landwirtschaftlicher Berater tätig war. Aufsehen erregte er durch die erfolgreiche Bekämpfung der Maul- und Klauenseuche des Rinderbestandes mit Hilfe von Wasseranwendungen. International gewürdigt wurden seine Verdienste um die Bienenzucht und die Honiggewinnung. Er verfaßte sogar landwirtschaftliche Sachbücher über wichtige Themen wie Ackerbau und Viehzucht. Neben seiner eigentlichen Berufung, dem Priesteramt, behandelte er mittellose oder bereits von den Ärzten aufgegebene Kranke mit umfangreichen – vornehmlich kalten – Wasseranwendungen in den verschiedensten Formen.

Die Jahre zwischen 1855 und 1880 waren für Kneipp sehr bedeutend. Sein persönlicher Heilerfolg motivierte ihn, die bis dahin bekannten und erprobten Wasseranwendungen durch zahllose Versuche und Beobachtungen an sich und an seinen Patienten zu erweitern und zu kombinieren und so ein erfolgreiches Vorbeugungs- und Heilsystem mit immer weiter verbesserten und verfeinerten Methoden zu schaffen. Zu seinem Behandlungsrepertoire zählten kalte Güsse, Wassertreten, kalte und warme Teil-, Voll- und Wechsel-Bäder sowie kalte und warme Wickel und Auflagen.

1886 erschien *„Meine Wasserkur“*, Kneipps erstes Buch, das bereits seine Kräuterheilkunde und ein Kapitel über „Kraftnährmittel“ enthielt. Das Buch war ein voller Erfolg und verstärkte den Zustrom Heilungssuchender, anstatt ihn zu vermindern, was er eigentlich mit dem Buch beabsichtigt hatte. So hatte Kneipp gemeinsam mit einem Arzt, der die Diagnosen erstellte, tagtäglich mehr als 150 Kurgäste in seiner Sprechstunde zu betreuen.

1889 veröffentlichte Kneipp sein zweites Buch mit dem Titel *„So sollt Ihr leben“*, das seine gesundheitserzieherischen Grundsätze enthielt. Es folgten weitere Bücher wie *„Ratgeber für Gesunde und Kranke“* (1891) und *„Mein Testament“* (1894), in dem er die letzte Fassung seiner immer wieder verfeinerten und veränderten Heilmethoden beschreibt.



Im Jahr 1890 begegnete Kneipp dem Würzburger Apotheker Leonhard Oberhäußer. Über die gemeinsame Überzeugung, mit naturheilkundlichen Methoden Gutes zu tun, wurden sie enge Partner und gute Freunde. Bereits ein Jahr später legte Kneipp das Vermächtnis seiner lebenslangen Studien in die Hände des Freundes und Mitstreiters, indem er ihm exklusiv die Rechte übertrug, pharmazeutische und kosmetische Produkte sowie diätetische Lebensmittel „mit dem Namen und dem Bilde des Herrn Pfarrer Sebastian Kneipp“ zu entwickeln, herzustellen und zu vertreiben. Auf der Grundlage natürlicher Pflanzenessenzen und anderer reiner Inhaltsstoffe schufen sie jene Rezepturen, die noch heute richtungsweisend für alle Kneipp-Produkte sind.

Sebastian Kneipp richtete in Bad Wörishofen drei Stiftungen ein: Das Priesterhaus „Sebastianeum“ (1891), das „Kinderasyl“ (1893) und das „Kneippianum“ (1896). Diese drei Stiftungen wirken seitdem in seinem Sinne und helfen kranken Menschen.

Auf zahlreichen Reisen im In- und Ausland war Kneipp ein beliebter Redner. Mehr als eine Million Zuhörer erreichte er Schätzungen zufolge in den drei Jahren seiner Vortragsreisen. Durch seinen Erfolg bei der Heilung des Ischiasleidens von Erzherzog Johann von Österreich-Ungarn wurde der europäische Hochadel auf Kneipp aufmerksam. Nach mehreren Audienzen ernannte Papst Leo XIII. Kneipp 1893 zum päpstlichen Geheimkämmerer. Damit verbunden war die Verleihung des Titels „Monsignore“. Kneipp bedeutete diese Ernennung sehr viel, weil damit die Anerkennung seines Wirkens durch den Papst zum Ausdruck gebracht wurde. Der Papst bestärkte ihn auch darin, sich neben seinem Priesteramt weiterhin um die Gesundheit seiner Mitmenschen zu kümmern.

Am 17. Juni 1897 starb Sebastian Kneipp im Alter von 76 Jahren in Bad Wörishofen. Zu dieser Zeit war er neben Kaiser Wilhelm II. und Bismarck eine der drei berühmtesten Personen des deutschen Kaiserreichs.

Sebastian Kneipps Vermächtnis an die Nachwelt ist sein großartiges Lebenswerk. Er hinterließ ein schlüssiges, ganzheitlich orientiertes Therapiekonzept, das in jedem Alter



anwendbar ist, in besonderem Maße in der Gesundheitsvorsorge, aber ebenso auch in der Behandlung akuter und chronischer Krankheiten.