

Predigt beim 75-jahrjubiläum  
des Kneippvereins Nenzing am 15.10.2011

2 Kön 5,14-16 (28.So/C); Joh5,2-9a;

Liebe Mitglieder des jubilierenden Kneippvereins!  
Liebe Pfarrgemeinde! Liebe Mitchristen!

In der vergangenen Vierzigtagezeit machten wir eine Pfarrwallfahrt zur wunderbaren Wieskirche. Nach der Wieskirche stand dann auf dem Rückweg Bad Wörishofen auf dem Programm, also jene Pfarrei, wo Pfarrer Kneipp viele Jahre wirkte.

Wir hatten dort auch eine ganz gute Führung und ich muss ganz ehrlich bekennen, es war das erste Mal in meinem Leben, dass ich mich mit dem Leben und Wirken von Pfarrer Kneipp auseinandergesetzt habe. Pfarrer Kneipp und seine Grundsätze haben mich fasziniert.

Ich kann mich zwar noch erinnern, dass meine Oma zur Förderung der Durchblutung so Kalt- und Warmbäder nahm und immer zählte: 21,22 / 21,22!  
2 Sekunden die Hände ins kalte Wasser und 2 Sekunden die Hände ins warme Wasser.

Ich weiß nicht, wie gut ihr – liebe Kneippianer – das Leben und Wirken von Pfarrer Kneipp kennt. Vor allem die Erfahrung des heilenden kalten Wasser an seinem eigenen Körper hat mich sehr fasziniert.

Weil ihn ein entfernt verwandter Priester unterstützte, konnte der 23jährige Sebastian Kneipp 1844 nach Dillingen an die Donau gehen, um das Gymnasium nachzumachen. Zwei Jahre später erkrankte er an Lungentuberkulose. Trotz der schweren Krankheit, die damals noch als unheilbar galt, machte er in nur vier Jahren die Matura. Mit Beginn seines Theologiestudiums kam im Frühjahr 1849 dann der völlige Zusammenbruch.

Ein zufällig entdecktes Buch über die Heilkraft von kaltem Wasser des Arztes Johann Siegmund Hahn beeindruckte Kneipp sehr und machte ihm Mut, seine Krankheit vielleicht mithilfe der dort niedergeschriebenen Erkenntnisse doch selbst zu kurieren.

Am 16. November 1849 unternahm Sebastian Kneipp einen waghalsigen Selbstversuch, der zum lebensverändernden Schlüsselerelebnis wurde: Er lief keuchend 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. Dies war im Grunde die Geburtsstunde der Kneippschen Wasserkur:

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.

Auf jeden Fall: Sebastian Kneipp wurde wieder vollständig gesund und schöpfte neue Lebenskraft. Er konnte mit seinem Theologiestudium beginnen und wurde 1852 zum Priester geweiht.

Ja, die Heilkraft des Wassers ist schon faszinierend. Einerseits gibt es besondere Wasser, denken wir an die Heilung des Syrer Naaman im Jordan, von der wir in der Lesung gehört haben oder denken wir an das Lourdeswasser. andererseits gibt es viele Heilquellen und nicht zuletzt sind nach Kneipp schon das verschieden temperierte Wasser heilend.

### **Schlussendlich ist das Wasser ein Zeichen dafür, dass Gott unser Heil will.**

Ja, und schon das Wasser der Taufe ist so etwas wie ein erster Schlüssel zum Himmel.

Auch ein anderes Zeichen aus der Natur hat Sebastian Kneipp verwendet, das ein wunderbares Zeichen im Gottesdienst geworden ist. Er war nämlich auch Spezialist in Sachen Bienenzucht und die Honiggewinnung. Und noch etwas anders gewinnt man da, nämlich Wachs für die Kerzen.

Da fällt mir natürlich sofort das Osterlob ein, der große Hymnus an die Osterkerze, wo es heißt:  
**„Wenn auch ihr Licht [das Licht der Osterkerze] sich in die Runde verteilt hat, so verlor es doch nichts von der Kraft seines Glanzes. Denn die Flamme wird genährt vom schmelzenden Wachs, das der Fleiß der Bienen für diese Kerze bereitet hat.“**  
Die Bienen, das Wachs, die Osterkerze! Die Osterkerze, die den Auferstandenen symbolisiert: auch wieder ein Zeichen des Heilswillens Gottes.

Pfarrer Kneipp sagte einmal: „Alles was wir brauchen, um gesund zu bleiben, hat uns die Natur reichlich geschenkt.“  
Pfarrer Kneipp propagierte naturheilkundliche Methoden und seine Methoden waren ganzheitlich.

Er schuf ein visionäres Lebenskonzept, das den Menschen, seine Lebensgewohnheiten und seine natürliche Umwelt untrennbar als ausgewogene Einheit betrachtet. Dabei stellte er die Elemente Wasser, Pflanzen, Bewegung, Ernährung und Balance in einen engen Zusammenhang.  
Pfarrer Kneipp steht für einen ganzheitlichen Lebensstil.

Von diesen fünf Elementen möchte ich noch das letzte Element herausnehmen:

### **die Balance zwischen Körper und Seele.**

Pfarrer Kneipp sagte einmal:  
„Kaum ein Umstand kann schädlicher auf die Gesundheit wirken als die Lebensweise unserer Tage.  
Es muss ein Ausgleich gefunden werden, um die

überanstrengten Nerven zu stärken; ihre Kraft zu erhalten; es muss ein Gleichgewicht hergestellt werden.“

Das könnte er auch heute,  
am Beginn des 21. Jahrhunderts gesagt haben.

Auch sagte er:

„Erst als ich die Seele miteinbezog, kam ich zum Erfolg.“  
Wir brauchen eine gute Psychohygiene und natürlich einen  
gesunden Glauben.

Wir brauchen einen Glauben, aus dem wir leben können,  
der uns Kraft für den Alltag schenkt.

Ich möchte drum heute all die Kneippianer und auch all die  
anderen, die hier sind,  
zu einem regelmäßigen und lebendigen Glaubensleben  
ermutigen:

Dazu gehören:

- regelmäßiges Gebet
- regelmäßiger Gottesdienst
- in der Bibel lesen
- mit anderen Menschen über den Glauben reden
- ganz wichtig auch: die Versöhnung
- Nächstenliebe praktizieren

„Erst als ich die Seele miteinbezog, kam ich zum Erfolg.“  
sagte Pfarrer Kneipp.

Sich Zeit zum Gebet nehmen bei einem Spaziergang,  
sich Zeit für den Gottesdienst nehmen  
sich Zeit nehmen für sich selbst und für die Mitmenschen.

Liebe Kneippianer! Lb. Pfarrgemeinde! Lb. Mitchristen!  
Sebastian Kneipp hat als Pfarrer und Naturheilkundler

einen Gott verkündet, der unser Heil will, das Heil an Leib  
und Seele. Auf Erden gibt es leider auch Krankheit.  
Das endgültige Heil werden wir erst im Himmel erleben.  
Aber wir können – mit Gottes Hilfe – hier auf Erden schon  
etwas tun für unser Heil an Leib und Seele.

### Die Heilung eines Gelähmten am Bethesdateich:

Johannes 5,2-9a

In Jerusalem gibt es beim Schaftor einen Teich,  
zu dem fünf Säulenhallen gehören;  
dieser Teich heißt auf hebräisch Betesda.

In diesen Hallen lagen viele Kranke,  
darunter Blinde, Lahme und Verkrüppelte.  
Dort lag auch ein Mann, der schon  
achtunddreißig Jahre krank war.

Als Jesus ihn dort liegen sah und erkannte,  
dass er schon lange krank war,  
fragte er ihn: Willst du gesund werden?

Der Kranke antwortete ihm:  
Herr, ich habe keinen Menschen, der mich,  
sobald das Wasser aufwallt, in den Teich trägt.  
Während ich mich hinschleppe,  
steigt schon ein anderer vor mir hinein.

Da sagte Jesus zu ihm:

Steh auf, nimm deine Bahre und geh!  
Sofort wurde der Mann gesund,  
nahm seine Bahre und ging.