

## Aus Sebastian Kneipps Leben: „Sebastian Kneipp, der Frühaufsteher“

So mancher, der zum ersten Mal bei einer echten Kneipp-Kur neue Kräfte tankt, mag zunächst überrascht sein von der Vielfalt der unterschiedlichen Anwendungen, die ja nicht nur die allseits bekannte Hydrotherapie umfassen. Am wenigsten erfreut ist der Kur-Neuling vermutlich über den Heusack, nicht etwa weil dieser ihm nicht gut täte, sondern weil man die duftenden Heublumen schon um fünf morgens ins Bett des Gastes legt. Um diese Uhrzeit sind eben sehr viele noch im Schlafmodus.

Bei Sebastian Kneipp war dies anders. Er war ein Morgenmensch. Von Kindesbeinen an war er es gewohnt, früh auf den Beinen zu sein, und bis ins hohe Alter blieb er diesem Rhythmus treu. Beim ersten Läuten der Klosterglocke, das war im Sommer um vier Uhr früh, stand Sebastian Kneipp auf. Im Winter läutete die Glocke erst um fünf. Ab dem Jahr 1855 wirkte er als Beichtvater der Dominikanerinnen im Kloster Wörishofen, ab 1881 war er auch Ortspfarrer von Wörishofen. Gleich nach dem Aufstehen und einer kurzen Morgentoilette hielt Sebastian Kneipp die Morgenmesse in der Klosterkirche.

Wie wichtig ihm dieser Gottesdienst war, hat sein Biograf Dr. Alfred Baumgarten geschildert: „Einer der ersten im Dorfe, die morgens aufstanden, war er, der erste Priester am Altare war er; und wenn auch die Arbeit tagsüber sich drängte und staute, so war er dennoch morgens um viere am Altare. Im ganzen etwa dreimal in seinem Leben, so erzählte er, habe er sich verschlafen, und das habe ihn dann eine Woche lang verdrossen.“

Direkt nach der Messe wandte sich Kneipp der Erfüllung seiner religiösen Pflichten zu. Dazu gehörten vor allem das Brevier beten und das Abnehmen der Beichte. Doch bereits um halb sieben morgens kamen die ersten Patienten zu ihm. Wer Pfarrer Kneipp sehen oder einen Rat von ihm wollte, der musste also ebenfalls früh aufstehen. „Durch mancherlei Kunstgriffe und kleine Schleichwege, gelang es den Kranken zu ihm vorzudringen,“ berichtet Baumgarten, „und wohl oder übel musste er sie anhören.“ Sebastian Kneipp nahm dies gerne in Kauf, nur sehr zurückhaltend beklagte er sich einmal: „Sehen sie (gemeint waren die Kranken) ein Licht im Pfarrhaus, sei es nun in der Nacht oder am Tage, gleich sind Einige da und haben was zu fragen; Ruhe hat man niemals.“ Auch wenn er die paar Schritte vom Pfarrhaus zur Klosterkirche ging, war er sofort von Kranken umgeben, die ihn geradezu bedrängten.

GEMEINSAM  
NATÜRLICH  
LEBEN



Jahresmotto 2023  
[www.gemeinsamnaturlichleben.de](http://www.gemeinsamnaturlichleben.de)

Kneipp-Bund e.V.  
Adolf-Scholz-Allee 6-8  
86825 Bad Wörishofen  
Tel. 08247.30 02-102  
Fax 08247.30 02-199  
[info@kneippbund.de](mailto:info@kneippbund.de)  
[www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)

## Kneipp-Gesundheitsvisite August 2023

Gegen acht nahm Pfarrer Kneipp das zweite Frühstück zu sich, meist ein Teller Brenn- oder Brotsuppe, Holundermus, Sauerkraut, manchmal auch eine Apfelnudel. Es waren meist Mehlspeisen und dazu trank er eine Tasse Malzkaffee. Es blieb nur wenig Zeit für Privates, oft war es nur eine halbe Stunde irgendwann zwischen sieben und acht, in der er zum Beispiel im Jahr 1893 an seiner Autobiografie arbeitete, neue Themen für Vorträge zusammenstellte und Gedanken zu seinen Predigten niederschrieb.

An eine Pause war immer noch nicht zu denken. „Die Vormittags-sprechstunde wird in der geräumigen Wohnstube im Pfarrhof abgehalten“, erinnert sich Josef Speyer in seinem Büchlein über Pfarrer Kneipp. Die Sprechstunde beginnt um 8 Uhr und die Zahl der Wartenden vor dem Sprechzimmer ist lang. „Eine beträchtliche Anzahl von Fremden wartet auf Einlaß“, schreibt Speyer in seinem 1894 erschienenen Buch, „die Zahl der Kranken vermehrt sich fortwährend. Alle harren auf Zutritt. Pfarrer Sebastian Kneipp war umgeben von Mitarbeitern, darunter je nach Jahreszeit bis zu 16 Ärzte.“

Wenn die Sprechstunde nach zwei oder mehr Stunden endete, gab es noch keine Ruhe für Kneipp, der ja zu jener Zeit schon über 70 Lebensjahre zählte. Jetzt besuchte er die kranken Kinder in seinem Asyl, erkundigte sich bei den Schwestern nach dem Befinden der kleinen Patienten und sprach tröstende Worte. „Dort wurde er zum Vater für seine armen, kranken Kinder“, erzählt Dr. Baumgarten. Nun endlich, es ist inzwischen fast 12 Uhr mittags, kommt Pfarrer Kneipp zum Mittagstisch ins Kloster, wo er sich von den Anstrengungen des arbeitsreichen Vormittags erholen kann.

Harald Klofat

GEMEINSAM  
NATÜRLICH  
LEBEN



Jahresmotto 2023  
[www.gemeinsamnaturlichleben.de](http://www.gemeinsamnaturlichleben.de)

Kneipp-Bund e.V.  
Adolf-Scholz-Allee 6-8  
86825 Bad Wörishofen  
Tel. 08247.30 02-102  
Fax 08247.30 02-199  
[info@kneippbund.de](mailto:info@kneippbund.de)  
[www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)