

# So aktuell wie am ersten Tag

Kneipp-Verein Berchtesgadener Land feiert 50-Jähriges



Juni 2024 – 1974 war es, als sich nach einem Vortrag zum Thema Ernährung in Bad Reichenhall spontan 17 Menschen zusammenfanden, um einen Kneipp-Verein zu gründen, mit Klaus Ehrhardt als Erstem Vorsitzenden an der Spitze. Es war das Jahr, in dem auch in Berchtesgaden der Startschuss für einen solchen Verein fiel. Fünf Jahre später schlossen sich die beiden Gruppierungen zum gemeinsamen Kneippverein Berchtesgadener Land zusammen.

Heute können die Mitglieder ebenso stolz auf die weltweit einzigartig mit Alpensole betriebene Kneippanlage im Kurpark sein wie seit 2013 auf den wunderschönen Barfußpfad im Ortenauer Park. Der jetzige Vorsitzende Heinz Becker erinnerte in seinem Rückblick daran, wie die Mitglieder die in den Saalachauen eigenhändig gesammelten Kieselsteine im Rucksack in den Park geschleppt hatten. Er lobte den Einsatz, das Engagement und die Ausdauer der bewegungsfreudigen Mitglieder, von denen jedes einzelne, wie er ausgerechnet hat, „im Laufe der 50 Jahre einmal um den Globus gewandert ist“. Dem Vorsitzenden, dessen Einladung zahlreiche Ehrengäste in den Saal des Bürgerbräus gefolgt waren, war anzumerken, wie viel Herzblut er in die Vorbereitung und Organisation dieses Festtages gesteckt hatte.

Er freute sich über die Auszeichnung seines langjährigen Vorgängers, Jörg Krakora, mit der goldenen Verbandsnadel, und darüber, mit Dr. Dr. Klaus Piwernetz, dem Vorsitzenden des Kneippvereins Aschau, einen exzellenten, humorvollen Festredner gefunden zu haben, der das Publikum mit seinem geistreichen und dennoch für jedermann verständlichen Vortrag begeisterte.



Gertraud Gebauer an der Harfe und der Staufenecker Zwoagsang mit Nannerl Enzensberger und Juliane Chum übernahmen nicht nur mit ihren schelmischen und fröhlichen Weisen und Liedern die musikalische Umrahmung, sie gaben mit einer Liedzeile auch ein Motto vor, das mehrere Redner aufgriffen:

„A weng ebbs fürs Gmiad braucht der Mensch auf der verdrahten Welt.“

Bei Diakon Johann Schmidt wurde aus der „verdrahten Welt“ das heutige Schlagwort „Work-life-balance“, das Pfarrer Sebastian Kneipp seinerzeit mit „Lebensordnung“ bezeichnete.

Oberbürgermeister Dr. Christoph Lung zitierte den visionären Pfarrer mit den Worten: „Möge sich ein jeder wie die Pflege der Seele, so auch eine richtige Pflege des ganzen leiblichen Organismus angelegen sein lassen.“ Und Landrat Bernhard Kern verwies in seinem Grußwort schmunzelnd auf finnische Politiker, die „weichgekocht“ und „mit heißen Köpfen“ Entscheidungen gerne in der Sauna trafen, wohingegen man im Berchtesgadener Land vielleicht eher auf kaltes Wasser und kühle Köpfe setze.

Sebastian Kneipp war es wichtig, dass alle seine Lehre kannten und alle davon profitieren konnten, wie Erika Schweitzer betonte. Die Vorsitzende des Kneipp-Landesverbandes Bayern stammt aus Dillingen, dem Ort, in dem sich der damals lebensbedrohlich erkrankte Mittzwanziger von seiner Tuberkulose heilte, indem er ab November 1849 dreimal wöchentlich für wenige Sekunden in die Donau stieg.

Christina Haubrich, Präsidentin des Kneipp-Bundes, berichtete von heutigen guten Erfahrungen mit Armbädern bei Konzentrations- und Einschlafschwierigkeiten und von populären Persönlichkeiten, die sich für das Kneipp'sche Konzept stark machen, darunter z.B. Dr. Anne Fleck oder der ehemalige Skispringer Sven Hannawald, dem besonders die psychische Gesundheit am Herzen liegt. Um diese geht es auch bei dem heurigen Jahresthema des Kneipp-Verbandes, „Kneipp VereinT“.

Passend dazu hielt Dr. Dr. Klaus Piwernetz in seinem Vortrag „Mut und Glück in unruhigen Zeiten“ eine positive Botschaft parat: „Mut und Freude machen Glück und Zufriedenheit unvermeidbar.“ In dieser „verdrahten“, komplizierten Welt sei Angst die schlechteste Lösung, denn sie erzeuge nur weitere Angst, so wie Mut weiteren Mut hervorbringe.

Er beschrieb drei Arten von Glück: Das Zufallsglück, das wie ein Lottosechser nicht beeinflussbar sei, das Wohlfühlglück, das aus der Maximierung von Lust entstehe, aber vergänglich sei und die Gefahr von Sucht berge, und drittens das Glück der Fülle. Dieses halte Schwankungen aus und könne Unglück annehmen, sei aber auch imstande, kleine Glücksmomente selbst in unglücklichen Situationen spüren zu können. Dieses Glück kenne weder Übermaß noch Überdruß, sei unspektakulär und Sorge dafür, dass uns nichts so schnell umwerfen könne.

Der Mediziner betonte die fünf Kneipp'schen Säulen, die bis heute nichts von ihrer Wichtigkeit eingebüßt haben, Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilkräuter und – für ihn die alle anderen tragende Säule – die Balance. Er betonte die Wichtigkeit der Freude bei allem Tun, auch beim Essen mit Freunden, gemeinsamer Bewegung oder dem Ausprobieren von Neuem und Ungewöhnlichem. „Faulheit macht dumm“, formulierte er plakativ, besonders geeignet für Seele, Geist und Körper sei das Tanzen.

Das Programm der Kneipp-Vereine mit gemeinsamen Ausflügen, Vorträgen und Geselligkeiten sei ein Mittel gegen die Einsamkeit, die seinen Worten nach mehr Menschen tötet als Rauchen und Alkohol. „Nie zuvor waren die Menschen so einsam wie heute“, gerade auch junge Menschen.

Und noch einen wichtigen Hinweis gab Dr. Dr. Piwernetz, der die frühkindliche Prägung betrifft. Die Ernährung der Kinder beeinflusst ganz entscheidend ihr Nahrungsverhalten im Erwachsenenalter. Einfaches und gutes Essen, wie es Kneipp empfahl, kann dabei je nach Umfeld und Lebensgewohnheiten ganz unterschiedlich ausfallen. „Was uns der Scampi, das ist den Aborigines die Made.“

Nach einem unterhaltsamen Programm konnten die Gäste einige Anregungen zum Nachdenken und Weiterlesen mit nach Hause nehmen. Vielleicht auch den Vorsatz, den einen oder anderen Ratschlag Kneipps mal wieder selber anzuwenden, seien es Wassergüsse, Barfußgehen, Kräutertees oder Bewegung. Es muss ja nicht gleich ein winterliches Eisbad für Ungeübte sein, ein anstrengender Berglauf oder eine strenge Diät. Davon hielt auch Pfarrer Kneipp nichts. Er wusste: „Das Übermaß tut nie gut, auch einer guten Sache nicht.“ Für ihn galt: „Untätigkeit schwächt. Übung stärkt. Überlastung schadet.“ Eine Regel, die für den Kneippverein Bad Reichenhall hoffentlich auch für die nächsten 50 Jahre gelten dürfte.

Text/Fotos: Barbara Titze

Kontakt:  
Kneipp-Verein Berchtesgadener Land e.V.  
Kurfürstenstr. 1a  
83435 Bad Reichenhall  
[www.kneipp-verein-berchtesgadenerland.de](http://www.kneipp-verein-berchtesgadenerland.de)  
[info@kneipp-verein-berchtesgadenerland.de](mailto:info@kneipp-verein-berchtesgadenerland.de)