



Liebe Kneipp-Freundinnen & Kneipp-Freunde,

der Titel dieser Ausgabe ist ein berühmtes Zitat von Sebastian Kneipp – und ebenso derb wie wahr. Wahrscheinlich gab es deshalb bereits vor rund 130 Jahren einige Postkarten, die mit diesem Ausspruch Kneipps geschmückt waren. Das Titelbild dieser Ausgabe zeigt eine dieser historischen Scherzkarten (siehe Seite 5).

Schon im 19. Jahrhundert erkannte Kneipp mit feinem Gespür für das menschliche Wesen: Genuss ist den meisten Menschen lieb und teuer – aber die Verantwortung für die eigene Gesundheit, das Maßhalten, die Disziplin im Alltag? Diese werden gerne ausgeblendet. Doch Kneipp wäre nicht Kneipp, wenn er nicht auch hier den Weg der Mitte aufgezeigt hätte. Genuss ja – aber bewusst, maßvoll, eingebettet in eine ganzheitliche Lebensordnung. Kneippsche Gesundheit ist keine Askese oder der erhobene Zeigefinger – sondern die Kunst, mit Maß zu leben.

In diesem Sinne finden Sie auch in dieser Ausgabe wieder viele Anregungen, wie Kneipp heute wirkt – ganz konkret, ganz praktisch, ganz lebensnah. Barbara Hauck-Stüber stellt Ihnen die „Pflanzenapotheke für Männer“ vor und erklärt, wie Mann damit natürlich stark durchs Leben kommt. Dabei kann auch das Kneippsche Fußbad helfen – ein weiterer, interessanter Beitrag dieser Ausgabe. Und im sechsten Teil unserer beliebten Serie „Die Geschichte des Vegetarismus“ nähert sich Dr. Markus Keller der Spätantike und dem christlichen Mittelalter.

Zum Schluss ein persönliches Wort in eigener Sache: Auf der 22. Bundesversammlung des Kneipp-Bundes Ende Juni in Erfurt (siehe Seite 29) durfte ich erneut das Vertrauen unserer Mitglieder entgegennehmen – und wurde als Präsidentin wiedergewählt. Für dieses Vertrauen danke ich Ihnen von Herzen! Es ist mir Ehre und Ansporn zugleich, gemeinsam mit Ihnen den Kneipp-Bund weiter in eine gesunde und starke Zukunft zu führen.

Mit herzlichen Grüßen und besten Wünschen für einen farnefrohen Herbst

Ihre
Christina Haubrich
Präsidentin Kneipp-Bund e. V.



Im materielles
Kulturerbe
Wissen. Können. Weitergeben.

Eintrag im
Bundesweiten Verzeichnis
Kneippen –
traditionelles Wissen und Praxis
nach der Lehre Sebastian Kneipps