

Kneipp: Ein Leben in der Balance

Franz Josef Pschierer ist neues Mitglied bei Deutschlands größter nicht-kommerzieller Gesundheitsorganisation – Ingeborg Pongratz, Vorsitzende des Kneipp-Bund Landesverbandes Bayern und Klaus Holetschek, Präsident des Kneipp-Bundes, freuen sich über die Initiative des bayerischen Staatsministers für Wirtschaft, Energie und Technologie

Gastbeitrag von Franz Josef Pschierer

Unsere Welt rennt, hetzt und ringt nach Atem. Unsere Sinne sind vielfach überfordert, wir kommen nicht zur Ruhe – nicht zur Besinnung: Zu viel Information. Zu viele Wahlmöglichkeiten. Zu viel Konkurrenz. Zu viel Unsicherheit. Zu viele Verpflichtungen gleichzeitig.

Ich denke mir das nicht aus, sondern beschreibe, was viele Menschen heute empfinden – in jenen wenigen Momenten, in denen sie überhaupt zum Nachdenken kommen. Bedenklich ist, dass es nahezu alle trifft: von Kindesbeinen an, Mann und Frau.

Wir haben uns zu einer Generation entwickelt, der an sieben Tagen der Woche alles zu viel ist, die zu viel muss, aber auch zu viel will. Das ist natürlich besorgniserregend. Und es macht krank. Körper und Seele leiden – auch die Leistungsfähigkeit sinkt. Stresssymptome, Burnout, psychische und physische Beschwerden sind die Folge.

Insofern wäre wertvoll für den einzelnen und für die Gesellschaft insgesamt, wenn wir zu mehr Achtsamkeit zurückfinden könnten und mehr Bewusstsein entwickeln für eine Lebensweise im Einklang mit uns selbst, ein Leben in der Balance.

Dabei müssen wir nicht neue Trends entwickeln. Wir können uns stattdessen an Sebastian Kneipp erinnern und uns darauf besinnen, was er in der Vergangenheit bereits als gut und richtig erkannt hat.

Wir wollen das Jubiläumsjahr nutzen, um den Bekanntheitsgrad seiner Lehre zu erhöhen und sie stärker in der Gesellschaft zu verankern. Weil Sebastian Kneipp so viel mehr ist als kaltes Wasser, weil sein ganzheitlicher Ansatz heute noch erheblich zu einer gesünderen Gesellschaft beitragen kann, weil er helfen kann, das Altern zu erleichtern, Krankheiten zu vermeiden, zu lindern und zu heilen.

Kneipp wäre am 17.5.2021 200 Jahre alt geworden. Wenn wir ihn jedoch lesen, erkennen wir, dass er zeitlos ist und hoch aktuell: „Gesund bleiben und lang leben will jedermann, aber die wenigsten tun etwas dafür.“

Wenn die Menschen nur halb so viel Sorgfalt darauf verwenden würden, gesund zu bleiben und verständig zu leben, wie sie heute darauf verwenden, um krank zu werden, die Hälfte ihrer Krankheiten bliebe ihnen erspart.“

Sebastian Kneipp wurde in Bayern geboren und hat im Freistaat an verschiedenen Stellen Spuren hinterlassen: Wir finden hier elf Kneipp-Kurorte, 120 Kneipp-Vereine, 82 vom Kneipp-Bund zertifizierte Kindergärten, 32 zertifizierte Gesundheitshöfe, 76 zertifizierte Kurbetriebe, acht zertifizierte Senioreneinrichtungen, sechs zertifizierte Schulen, fünf zertifizierte Badebetriebe, drei zertifizierte Gastehäuser und in der Sebastian-Kneipp-Schule in Bad Wörishofen wird seit 60 Jahren die traditionelle Ausbildung zum Kneipp-Bademeister angeboten. In Bayern verbinden sich also Ursprung und Gegenwart von Sebastian Kneipp.

Diese Tatsache wollen wir noch deutlich bekannter machen – und unsere Öffentlichkeitsarbeit für die Kneipp-Lehre und für das gesunde Bayern erheblich verstärken. Wir werden positive Geschichten erzählen und auf allen Kanälen verbreiten. So wird deutlich werden, welchen enormen Beitrag Kneipp-Kurorte, -vereine, zertifizierte Einrichtungen, Absolventen der Sebastian-Kneipp-Schule, Heilbäder und Kurorte insgesamt heute für eine gesunde Gesellschaft leisten.

Im Bund habe ich mich dafür eingesetzt, dass es zum 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp eine Gedenkmünze gibt und eine Briefmarke, um Pfarrer Kneipp und sein Wirken im Jubiläumsjahr zu würdigen.

Auch auf der Internationalen Tourismusmesse ITB werden wir „Kneipp“ zum Thema machen, seine Lehre und Standorte präsentieren. Und im Freistaat selbst werden wir Veranstaltungen und Presseevents ausrichten. Bayern und „Kneipp“ gehören zusammen, hier lassen sich Natur, Gesundheit, Bewegung, Ernährung am besten stimmig vereinen.

Ich schließe mit der guten Nachricht, dass das Bewusstsein für Gesundheit und Ernährung in den letzten Jahren gestiegen ist, dass immer mehr Menschen, den Rückzug suchen und sich Auszeiten gönnen, die sie in harmonischem Einklang von Körper, Geist und Seele verbringen wollen.

„Je länger eine Glocke geläutet wird, umso schöner wird der Ton“, sagte Sebastian Kneipp. Wir wollen sie für Kneipp selbst läuten. Auf dass stärker wahrgenommen wird, wie harmonisch sie klingt.

Kontakt:

Kneipp-Bund Landesverband Bayern e.V.

1. Vorsitzende Ingeborg Pongratz

Hohenlindener Straße 1

81677 München

Telefon 089 / 56 85 07

Fax 089 / 56 85 88

info@kneipp-lv-bayern.de

www.kneipp-lv-bayern.de