Heilende Wasser in Volksmedizin und Naturheilkunde

Von Elfriede Grabner

Wasser gehört zu den ältesten Heilmitteln der Menschheit und nimmt mit Recht eine überragende Stelle in der Volksmedizin ein. Der Grund ist überaus einfach: Kranke sind – so glaubten die Menschen aller vor- und frühgeschichtlichen Völker – von Geistern und Dämonen besessen. Diese böartigen Wesen fürchten neben Rauch, Lärm und Prügeln vor allem das Wasser. Was lag also näher, als Kranke in einen Fluß, einen Teich oder in eine mit Wasser gefüllte Wanne zu tauchen, um die krankmachenden Dämonen damit zu vertreiben. Wasserkuren waren also seit je volkstümlich.

Neben dem gewöhnlichen Brunnenwasser kommt besonders dem fließenden Wasser, das nicht bloß reinigt, sondern auch „fortträgt“, erhöhte Bedeutung zu, namentlich bei der Kulthandlung des „Wegschwemmens“. Kaltes und kochendes Wasser, Meerwasser, Flußwasser, Quell- und Brunnenwasser, Regen und Tau waren deshalb auch vorzügliche magische Mittel. Was uns heute als eine einfache, natürliche Reinigungsmaßnahme erscheint, war in vielen Fällen einstens eine ganz andere, nämlich eine magische Zeremonie zur Entfernung böser Einflüsse, vor allem der Krankheiten.

So versuchte man schon im alten Assyrien, den Kranken dadurch von Dämonen und Bezauberung zu befreien, indem man ihn wusch und mit Wasser besprengte. Das geht aus einigen erhaltenegebliebenen Zauber- und Beschwörungsformeln hervor. Am wirksamsten war dabei das „reine“ Wasser aus dem Euphrat und Tigris, das man zu Besprengungen oder auch zum Trinken verwendete.

Die alten Inder wünschten sich, daß die Dämonen in den Strom eingehen sollen: „Die Wasser sind sehr heilvoll, die Wasser vertreiben die Krankheit“, heißt es schon im Atharvaveda, einer Sammlung von Zauberliedern. Krankheiten wurden dadurch geheilt, daß man Flußwasser über den Patienten goß, wovon er gewöhnlich auch trinken mußte. Kinderlose Frauen mußten, nach vorangegangenen Zauberhandlungen gegen Unfruchtbarkeit, im Wasser baden.

Auch im klassischen Altertum sollte das Wasser bösen Zauber hinwegschwemmen. So glaubte man in Griechenland, böse Einflüsse, die ein Feind in die Wohnung hineingebannt habe, durch die reinigende Kraft des Wassers, das man zur Lustration des Hauses verwendete, unwirksam zu machen. Besonders wurde dabei die reinigende Kraft des Meerwassers als Gegenmittel verwendet.

Der griechische Hagiograph Palladios berichtet um 420 von der Heilung eines besessenen Jünglings, der mit geweihtem Wasser begossen wurde. In den Schriften des griechischen Arztes Hippokrates († um 370 v. Chr.) spielt das Wasser als Heilmittel eine große Rolle. So bemerkt er unter anderem, daß das Begießen des Kopfes mit Wasser den Schlaf befördere, ferner lindere es Krämpfe, Augen- und Ohrenschmerzen. Bei Beinbrüchen und Verrenkungen werden kalte Umschläge angeraten, und Ohnmächtige sollte man mit kaltem Wasser begießen. Bei heftigem Fieber hingegen legte man in kaltes Wasser getauchte Leinwand auf, und bei Gehirnentzündungen empfahl Hippokrates

das Waschen mit Meerwasser oder Bäder in mineralhaltigen Gewässern. Viele dieser hippokratischen Heilanweisungen sind in ähnlicher Weise auch in den heutigen volksmedizinischen Therapien noch geläufig.

Dem Mittelalter war der Glaube an die Heil- und Zauberkraft des Wassers ebenfalls nicht unbekannt. Nach altem Volksglauben konnte man eine Krankheit wegschwemmen, wenn man einen Teil des kranken Menschen oder etwas, das mit demselben in Berührung gekommen ist, in fließendes Wasser warf. So goß man z. B. auch den Harn des Kranken hinein oder übergab Nägelschnitzel oder Kleidungsstücke des Patienten dem fließenden Wasser. Auch pflegte man stillschweigend Flußwasser zu schöpfen und den Körper des Kranken dreimal damit abzuwaschen. Ebenso schöpfte man zweimal Wasser aus einem Fluß, über den Brautpaare gegangen waren, aber auch Leichen getragen wurden und goß dieses Wasser dann weg, schöpfte zum dritten Male und wusch damit den Kopf des kranken oder beschriebenen Menschen.

Besondere Heilkraft schrieb man vor allem dem Regenwasser zu. Wurde es in einer Zeit aufgefangen, in der ein Regenbogen am Himmel stand, so galt es als ein sicheres Heilmittel für alle Krankheiten.

Dem vom Himmel fallenden Tau wurden ebenfalls Heilkräfte beigemessen, denn er sollte das Fieber vertreiben. Vor allem den Tau, der am 1. Mai, zu Weihnachten oder am Johannestag (24. Juni) fällt, hielt man für besonders heilkräftig.

Ebenso sollte das Wasser dieser Zeit große Heilkräfte besitzen. So galt dieser Glaube bis in unsere unmittelbare Gegenwart herein für das Wasser der Osterzeit. Man mußte daher am Karfreitag und am Ostermorgen die Brunnen vor Sonnenaufgang schweigend besuchen und aus ihnen Wasser schöpfen. Dieses Osterwasser galt als besonders gutes Heilmittel gegen die sogenannten „77-Fieber“, wobei die Zahl das Übermaß der Krankheit zum Ausdruck bringen sollte. Dabei mußten auch bestimmte Gebetsformeln gesprochen werden, die die magische Handlung begleiteten. So etwa heißt es in einem solchen Heilsgebet:

*„Dieses Wasser schöpf ich,
Christi Blut anbet ich;
Dieses Wasser und Christi Blut
Ist für das 77-erlei Fieber gut.“*

Noch im 18. Jahrhundert galt auch der Wasserschaum, vor allem wenn er von Mühlrädern herstammte, als heilkräftig. So lautet eine aus dem Erzgebirge stammende Heilanweisung dieser Zeit gegen Kopfleiden: „*Einer / der die Haupt-Krankheit hat / soll sein Haupt mit dem Wasser / so von den Mühl-Rädern zurück springt / waschen*“.

Besonders in den Heilpraktiken der ostalpinen Volksmedizin spielt das Wasser eine kaum übersehbare Rolle. Dabei kam natürlich dem „fließenden Wasser“, und hier wieder insbesondere bei der Fieberheilung, große Bedeutung zu. So etwa war es noch zu Beginn unseres Jahrhunderts, wie wir es aus handschriftlichen Belegen wissen, in der Weststeiermark üblich, daß ein Fieberkranker seine Finger- und Zehennägel abschnitt, diese mit einer Schnur zusammenband und rücklings in den Bach warf. Diesem Heilritus liegt die magische Anschauung zugrunde, daß man die Krankheit dem Wasser übermitteln will, damit es diese mit sich fortschwemme. Ein ähnlicher Gedanke

tritt noch deutlicher in einer Handlung zutage, die aus der Südsteiermark überliefert wurde. Dort schrieb der Fieberkranke auf einen Zettel die Worte: „Fieber bleib aus, ich bin nicht zu Haus“. Der Zettel wurde dann von einem Steg aus nach hinten in ein fließendes Wasser geworfen. Eine andere steirische „Heilpraktik“ bestand darin, daß man Stroh oder einige Weidenruten zu einem Bündel zusammenband und damit zu einem Bache ging. Dort blieb man auf einem Stege stehen, warf das Bündel ins Wasser und sprach dabei:

*„Der Herr Jesus begegnet das Fieber auf dem Steg,
Der Herr Jesus sagt zum Fieber: geh mir aus dem Weg,
Komm nimmer, wie das Wasser dort.“*

Noch zu Ende des vorigen Jahrhunderts war fließendes Wasser auch in der Untersteiermark als „Fieberableitung“ gebräuchlich. Wenn ein Mensch Fieber hatte, sollte er von neun verschiedenen Bäumen und Pflanzen neun Stäbe abreißen und dieselben hinter sich in ein fließendes Wasser werfen. Dann mußte er nach Hause gehen, das Glaubensbekenntnis und drei Vaterunser beten, durfte aber, wenn er vom Fieber befreit werden wollte, sich nicht umsehen. Hier spielt neben dem Wasser auch die Zahl 9 eine Rolle, die sich in der volkstümlichen Zahlensymbolik durch das ganz Mittelalter bis in die Gegenwart in Volkssprache und Volksglauben erhalten hat. Sie galt im Gegensatz zur heiligen Siebenzahl als die „heidnische“ Zahl, da sie vor allem den indogermanischen Völkern vertraut war. Auch sie soll in der Volksmedizin das Intensive der Krankheit andeuten.

Daß man mit dem Rücken zum fließenden Wasser stehen mußte, mag wohl bedeuten, daß man das Fieber zum Rückwärtsgehen, d.h. zum Verlassen des Menschen, veranlassen wollte. Handlungen, bei denen man über die Schultern etwas in fließendes Wasser werfen mußte und sich dabei nicht umsehen durfte, beruhen alle auf demselben Grundgedanken: Man soll den Dämon, der sich ärgert, weil er unschädlich gemacht worden ist, nicht ansehen. Sein „Böser Blick“ könnte Schaden bringen.

Aber nicht nur die forttragende Kraft des fließenden Wassers hat im Volksglauben heilkräftige Wirkung. Hier sind es vor allem die vielen, meist wallfahrtsmäßig verehrten Quellen und heiligen Brunnen, von denen es auch in der Steiermark gar nicht so wenige gibt. In der Umgebung von Radkersburg erzählte man sich einst von einem besonderen Brunnen, dem „Bettlerbrunnen“, durch dessen Wasser ein Mann sein Fieber verloren haben soll. Häufig sind es die mit der Verehrung des hl. Ulrich von Augsburg († 973) zusammenhängenden „Ulrichsbründl“, deren Wasser man besondere fieberheilende Wirkung zuschrieb. Das einst weithin bekannte Wasser aus der Quelle von St. Ulrich bei Graz wurde von Fieberkranken sehr gesucht. Die Heilquelle ergoß sich ursprünglich neben der Kirchentüre aus einer Röhre, die mit einem hinter dem Altar befindlichen Bassin in Verbindung stand. Ihr Wasser erfreute sich bei der Bevölkerung von Graz und Umgebung außerordentlicher Beliebtheit und wurde als besonders wirksames Remedium gegen Fieber gepriesen.

Im Karmeliterkloster zu Graz fand noch im vorigen Jahrhundert alljährlich am 7. August die Weihe von Wasser statt, das als Fieberheilmittel gerne nach Hause getragen wurde. Dieses von den Karmelitern verbreitete „Aqua sancti Alberti“ geht auf den sizilianischen Karmeliterheiligen Albertus von Trapani († 1307) zurück, der ein äußerst erfolgreicher Prediger war. Sein schon früh

einsetzender Kult wurde 1476 von Papst Sixtus IV. approbiert. Seine Reliquien erfuhren eine weite Verbreitung und wurden bei der Segnung von „Albertuswasser“ verwendet, das getrunken sowohl Frauen in Geburtsnöten als auch Fieberkranken helfen sollte. Die Weihe dieses Wassers hat sich in den Ordenskirchen der Karmeliter erhalten. Eine kirchlich anerkannte Weiheformel des Albertuswassers war schon im Mittelalter bekannt.

Ein ähnlich heilkräftiges Wasser gab es einstmals auch im 1786 aufgehobenen Dominikanerkloster zu Graz. Heute befindet sich dort die Pfarrkirche St. Andrä. In einem im Klosterhof im späten 17. Jahrhundert gegrabenen Brunnen ließ man 1678 einige Reliquien des hl. Petrus Martyr (Petrus von Verona OP, 1205–1252) versinken. Dieses Wasser wurde mit einem besonderen Segen geweiht. Es galt als heilkräftig bei vielen Krankheiten, besonders bei schweren Geburten sowie bei Viehkrankheiten, und sollte auch das Ungeziefer von den Feldern fernhalten. Die eigens verfertigten und in das Wasser getauchten Kreuzlein, die man vor allem in die Äcker als Schutz gegen Schädlinge, aber auch gegen Unwetter steckte, wurden einstmals, wie auch die Wasser vom Petrusbrunnen, von weit her geholt. Der Brauch wurde aber bereits 1783 in der Aufklärung verboten.

Das „Johanniswasser“, das am 27. Dezember, am Tag des Evangelisten Johannes, geweihte Wasser, wurde von schwangeren Frauen in der Obersteiermark früher gerne als Schutzmittel beim Herannahen der Geburtswehen getrunken.

Das „Augustinerwasser“, das man noch im vorigen Jahrhundert im Augustiner-Eremitenkloster zu Fürstenfeld, das bereits 1811 aufgehoben wurde, erhalten konnte, wurde besonders bei Augenleiden verwendet. Man tauchte dabei ein Bild des hl. Augustinus in das Wasser, das danach eine Segnung erfuhr. Daneben galt, um sich vor „Augenweh“ zu schützen, eine Waschung mit frischem Brunnenwasser als wirksames Heilmittel.

In diese Gruppe der „Heiligen Wasser“ gehören aber auch das Taufwasser und das Dreikönigswasser, die schon durch die kirchliche Segnung als besonders heilkräftig galten. So trug man im oberen Murtal das sogenannte „Lavabo-Wasser“, wie man das in der Liturgie bei der Handwaschung verwendete Wasser nennt, nachhause, um damit den fraisenbehafteten Kindern die Schläfen einzureiben.

Ebenso galt das „Ignatiuswasser“ – es wurde durch das Eintauchen einer Reliquie des hl. Ignatius von Loyola (1491–1556) geweiht – im Volksglauben als besonders heilkräftig. Man wandte es besonders bei schwerer Geburt an, bei Krankheiten aller Art, aber auch in Cholerazeiten. Von den Schwangeren wurde dieses Wasser auch getrunken. Man bestrich die Mutterbrust mit Ignatiuswasser, wenn das Kind sie nicht annehmen wollte. Das Ignatiuswasser war besonders im bäuerlichen Vorstellungskreis verbreitet. Vor allem bei den Volksmissionen der Jesuiten im 17. und 18. Jahrhundert war es üblich, das Ignatiuswasser zu weihen.

Ganz in Parallele zur Weihe des Ignatiuswassers tritt die Weihe des „Xaveriuswassers“. Der ebenfalls spanische Jesuitenheilige Franz Xaver (1506–1552) spielt in der Volksfrömmigkeit eine ganz besondere Rolle. Er galt unter anderem auch als Pest- und Wasserheiliger, wobei letztere Beziehung zum Wasser auch eine Wassersegnung bewirkte. So wurden Stall und Vieh nicht nur mit Ignatiuswasser, sondern auch mit Xaveriuswasser besprengt.

In rein magischer Weise verwendete man das Wasser, um Geschwülste und Hauterkrankungen zu heilen. Man ging in der Obersteiermark bei zunehmendem Mond in der Nacht zu einem Bach oder einer Quelle und benetzte die leidende Stelle dreimal mit Wasser. Bei dieser Heilhandlung wird der Zusammenhang mit dem Mond, der in den volksmedizinischen Praktiken eine große Rolle spielte, sehr deutlich: Der Mondschein, der in das Wasser fällt, bildet mit diesem gleichsam eine Lösung, die Geschwüre und Geschwülste zerstören soll. Wie dieses vom Mond beschienene Wasser nach dem Volksglauben beim Gesunden Kröpfe und andere Krankheiten erzeugt, so bringt es dem Kranken, vor allem dem von Geschwüren und Geschwülsten Befallenen, Heilung. Da diese Heilkraft des Mondes hier besonders betont werden soll, wird nicht der abnehmende, sondern der aufnehmende Mond in das Heilverfahren einbezogen.

Große Bedeutung schrieb man auch früher dem ersten Badewasser des Neugeborenen zu. Man bereitete das erste Bad gerne in einem Tongefäß von hellem Klang, weil dann das Kind später eine helle Stimme erhalten sollte. Über dem Badewasser, welchem man stets Weihwasser beimengte, wurde das Kind dann dreimal in Kreuzesform geschwenkt, bevor es in Wasser gelangte. Das erste Badewasser durfte auch nicht auf jeden beliebigen Ort verschüttet werden. Es sollte auf flache Rasenstellen gegossen werden, da sonst die Kinder, wie es im weststeirischen Volksglauben noch lange überliefert wurde, leicht fallen und kurzen Atem bekämen. Im Ennstal hingegen war es üblich, daß man dieses erste Badewasser zu einem Baum schüttete, wobei den Buben der Apfelbaum und den Mädchen der Birnbaum vorbehalten war.

Wurden Kinder von einem „Bösen Auge“ getroffen, d.h. von Leuten mit dem „Bösen Blick“ angesehen, die nach dem Volksglauben Menschen, Tiere und Pflanzen krank machen können, warf man in der Untersteiermark glimmende Holzkohlen ins Wasser und wusch damit das Gesicht des Kindes. Danach schüttete man dieses Wasser vor die Türe, wodurch gleichsam auch der schädliche Einfluß ausgeschüttet, d.h. vernichtet werden sollte.

Im steirischen Ennstal galt das Wasser, mit welchem eine Leiche gewaschen wurde, bei der „fallenden Sucht“, worunter man meistens die Epilepsie verstand, als bewährtes Heilmittel. Hier sollte wohl, nach dem volkstümlichen Grundsatz „similia similibus curantur“ – Gleiches wird durch Gleiches geheilt – die schreckerregende Krankheit mit dem ebenfalls unheimlichen Leichenwasser vertrieben werden.

Der Aberglaube trieb also oft seltsame Blüten. Nicht nur das Quellwasser, das man in der Nacht vor dem Tag der Heiligen Drei Könige geschöpft hatte und vor der Sonne verborgen hielt, galt als sehr heilkräftig. Auch als Mittel gegen Ungeziefer und Gespenster sollte es taugen. Wasser, das man in der heiligen Weihnacht heimgebracht, sollte gegen Hexenwerk, Zauberei und Ungewitter schützen – aber auch Schmerzen vertreiben, wie es in einer alten Heilanweisung zu lesen ist: „Das fließend brunnwasser, so man in der Heyligen Weynacht so lang die Glock Zwölffe schlägt, samlet, und Heilwasser genannt wird, ist gut gegen das Nabelwehe.“

Dem Wasser kam aber in den volksmedizinischen Heilverfahren nicht nur magische Bedeutung zu. Es galt im wahrsten Sinne des Wortes schon sehr früh als „Volksheilmittel“ und fand auch, wie schon erwähnt, bei berühmten Ärzten des Altertums, etwa bei Hippokrates im 4. Jahrhundert v. Chr. große

Beachtung. Vor allem kalte Bäder wurden seit der Mitte des 16. Jahrhunderts vereinzelt auch von Ärzten als Kur verordnet.

Der berühmte, an der Schwelle zur Neuzeit stehende Arzt Paracelsus (1493–1541), der eigentlich Theophrastus Bombastus von Hohenheim hieß und 1493 als Sohn eines schwäbischen Arztes und einer Schweizerin in Einsiedeln geboren wurde, hat sich vielfach mit den „Heilwässern“ beschäftigt. In seinem Buch „*Von den natürlichen Bedern*“, um 1525 erschienen, stellt er naturphilosophische Betrachtungen über die Entstehung der Heilwasser an, ohne aber auf die chemische Zusammensetzung dieser Wässer einzugehen. Er war der Ansicht, man solle sie an ihren Wirkungen erkennen, „so wie man die Bäume an ihren Früchten erkennt“. Nach speziellen Substanzen zu suchen sei in vielen Fällen sinnlos, da Mineralien, die einst „aus dem Element Wasser geboren wurden“, wenn sie „über die Zeit ihrer Reife hinaus“ in der Erde liegen, wieder vollständig „zu Wasser vergehen“. In solchen Wässern sind dann, so nach Paracelsus, keine Mineralien nachweisbar, obwohl die Wässer noch die heilsamen Kräfte, den „spiritus“ der Mineralien, in sich tragen.

So bemühte sich Paracelsus, den „Genius der Bäder“ an den einzelnen Quellen selbst zu erkunden, indem er die Wirkungen auf gesunde und kranke Menschen beobachtete und beschrieb. Er besuchte in den Jahren 1525 und 1526 Wildbäder und Sauerbrunnen in Südwestdeutschland, Österreich und der Schweiz. Wie hoch Paracelsus die heilkräftigen Trinkwässer einschätzte, zeigt ein Satz von ihm, der heute über einem Schweizer Thermalbad prangt:

„Die Heylquellen seyndt die natürlichen Composita Gottes, sie seynd vollkommener an Craft und Tugend als alles andere.“

Mit der Auffassung vom „Genius“ und vom „spiritus“ der Heilwässer hat Paracelsus in den folgenden Jahrhunderten viele Badeärzte beeinflusst. Sie wurden allerdings von anderen Ärzten, wie auch von Naturforschern dann immer wieder wegen ihres Glaubens an den „Brunnengeist“ milde belächelt, verspottet oder angegriffen.

In den Jahren nach 1650 griffen verschiedene Ärzte erstmals seit der Antike wieder die Frage auf, warum einfaches Wasser heilsam wirken kann. Für Hermann von der Heyden, Arzt im flämischen Gent, lagen die Dinge auf der Hand: „Gott hat das Wasser heilkräftig gemacht und breit über die Welt verteilt, damit sich jeder davon nach Bedarf bedienen könne“. Immerhin soll Heyden während einer Ruhrepidemie in seiner Vaterstadt 360 Kranke mit Wasser geheilt haben. Seine 1649 erschienene Schrift handelt denn auch „von der ungläublichen Wirkung des kalten Wassers“. Die abhärtende Anwendung von kaltem Wasser bei „Weichlingen älterer Jahrgänge, welche durch Mißbrauch des Weins, warmer Bäder, der lieben Venus, der Thee- und Coffee-Getränke sich verderbet, den Leib und sonderlich die nervösen Theile geschwächt haben“ – das empfahl wenig später der Zürcher Stadtarzt Johann Jacob Scheuchzer im 18. Jahrhundert. Und auch Friedrich Hoffmann (1660–1742), Professor der Medizin in Halle, nebenher Erfinder der „Hoffmannstropfen“, die bis ins 20. Jahrhundert hinein in jeder Hausapotheke zu finden waren, pries das schlichte Wasser als wirksame Arznei gegen die meisten Krankheiten, aber auch als Mittel, dem Krankwerden vorzubeugen. So ist es auch kaum verwunderlich, wenn es immer wieder Ärzte waren, die auf die Heilwirkung des Wassers hinwiesen. Der Rostocker Arzt Georg Friedrich Most – übrigens einer

der frühen Ärzte, die sich auch wissenschaftlich mit der sogenannten „Volksmedizin“ beschäftigten – wies in seinem enzyklopädischen Werk zur Volksmedizin schon 1843 darauf hin, wenn er unter dem Stichwort „Wasser – Aqua“ einleitend vermerkt:

„Von allen Mitteln zur Erhaltung der Gesundheit und zur Heilung von Krankheiten ist, neben reiner, freier, frischer Luft, Körperbewegung und Schlaf, kein einziges grösser, heilsamer und köstlicher, als das reine, frisch geschöpfte, kalte Wasser. Von jeher hat man die Wunderkräfte des kalten Wassers (Aqua fontana frigida) zum Trinken und Baden gekannt; doch waren es nicht immer die Aerzte, die dieses (aus Einseitigkeit, Arroganz oder Gewinnsucht) einsahen oder einsehen wollten, sondern mehr das Volk mit seinem schlichten, gesunden Menschenverstande, mit richtiger Beobachtungsgabe und sicherem Takt.“

Most verweist auch auf verschiedene ältere Mediziner, die ebenfalls die Heilkraft des Wassers erkannt haben, vor allem auf den berühmten Berliner Arzt Christoph Wilhelm Hufeland (1762–1836), der die gesundheitsfördernde Wirkung dieses Elements besonders herausstellt:

„Es gibt kein kräftigeres Mittel zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit, als das frische Wasser; es belebt Seele und Leib, verbreitet über unser ganzes Wesen ein Gefühl der Wärme, Leichtigkeit und Wohlsein, mit dem Nichts zu vergleichen ist, zertheilet alle Stockungen der größeren und feineren Organe, bringt Blut und Lebensgeister in gleichförmigen Umlauf und befördert und erhält auf diese Weise das so nothwendige Gleichgewicht in unserem Inneren, von dem allein unsere physische und moralische Gesundheit abhängt.“

Die Reize, die von Wasser, Wärme, Licht und Luft ausgehen, sind nach Hufeland hervorragende Mittel, um die Lebenskraft zu steigern. Sein medizinisches Lehrgebäude gipfelt denn auch in seiner „Makrobiotik“, der „Kunst, das menschliche Leben zu verlängern“.

Hufeland ist fest davon überzeugt, daß alle Medikamente und alle Behandlungsmethoden nur dann wirken, wenn sie die Lebenskraft des Menschen anregen, sich selbst zu helfen. Jede Heilung ist für ihn letztlich immer Selbstheilung, die wiederum angeregt werden kann durch äußere Reize wie durch innere Kräfte.

Kaltes und warmes Wasser trage mit Hilfe der Reize, die von ihm ausgehen, nicht nur zur Erhaltung der Gesundheit, sondern auch zur erfolgreichen Bekämpfung von vielen Krankheiten maßgeblich bei. So schreibt er schon 1790 in einem Weimarer Journal:

„Wenn man erst die Bäder wieder für ein unentbehrliches Stück der Erziehung der ganzen Lebensdiät halten wird, wenn man jede Woche für verloren halten wird, die man, ohne sich diese Reinigung oder Erfrischung zu geben, durchlebt, dann erst können wir hoffen, daß die Gicht, die Krämpfe, die Hypochondrie, die Stumpfheit der Nerven, und all die Übel an denen unser Zeitalter zureichend dahinwelkt, aufhören. Wir werden Restauratoren der Menschheit und unsere Zeit die Epoque ihrer physischen Wiederherstellung heißen.“

Ähnlich wie Hufeland dachte auch der Driburger Badearzt und spätere Kieler Professor Joachim Dietrich Brandis, ebenfalls ein Wasserfreund, der seine Therapie besonders feinfühlig auf die Konstitution seiner Patienten abstimmte. Er schrieb 1792 über seine Erfahrungen:

„Die Bäder sind als Vorbauungsmittel gegen Krankheiten und als Heilmittel eine sehr wertvolle Arznei.“

Bei kalten Bädern kam er mit Badezeiten von zwei bis drei Minuten aus, das war damals, vor Pfarrer Kneipp, durchaus sehr wenig. Kaltes Wasser als Heilmittel schätzte übrigens auch der Begründer der Homöopathie, der Arzt Samuel Hahnemann (1755–1843). Er meint:

„Wenn man irgend eine allgemein hülfreiche Arznei hätte, so würde es Wasser sein.“

Zentren der wissenschaftlichen Hydrotherapie waren im 19. Jahrhundert vor allem die Metropolen Paris, Wien und Berlin.

Ärzte der „Berliner Schule“ stellten die Hydrotherapie auf ein solides, wissenschaftliches Fundament. Zahlreiche Untersuchungen zur Wirkungsweise von Wasseranwendungen stammen von dem Tübinger Kliniker Theodor von Jürgensen (1840–1907), der mit kalten Güssen große Erfolge bei verschiedenen Krankheiten hatte. Und in Wien veröffentlichte 1865 Wilhelm von Winternitz (1835–1917) eine rationale Begründung vieler Wasserheilverfahren. Ihm gelang der Nachweis, daß kaltes Wasser zur Ableitung des Blutes aus den inneren Organen führt und diese entlastet. Wien wurde damals zum führenden Zentrum der hydrotherapeutischen Forschung.

Wenige Jahrzehnte zuvor hatte sich, ebenfalls in Wien, eine recht seltsame, „magnetische Wasserlehre“ entwickelt. Der praktische Arzt Franz Anton Mesmer (1734–1815) war davon überzeugt, daß sowohl Glas wie Wasser „magnetische Kräfte“ aufnehmen, die sich zur Heilung verwenden ließen. Er baute ein sogenanntes „Baquet“, einen „Gesundheitszuber“, in dem mit „magnetisiertem“ Wasser angefüllte Flaschen strahlenförmig angeordnet waren. Der Zuber enthielt außerdem Eisenfeilspäne, zerstoßenes Glas, gebogene Eisenstäbe, Seile und Wollschnüre, die die „magnetischen Kräfte“ an die kranken Körperteile der Patienten leiten sollten.

Auch in Berlin wirkte ein solcher Magnetopath mit Namen Karl Christian Wolfart (1778–1832), der immerhin bei den Spitzen der Gesellschaft seiner Zeit ein offenes Ohr fand. Wolfart beschreibt die „Magnetisierung“ so:

„Man stellt ein Glas oder eine Flasche mit reinem Wasser gefüllt auf die linke innere Handfläche und hält die Rechte ausgespreizt über das Gefäß: hat man dieses einige Minuten bei unverwandt darauf hingeworfenerm Blick gethan, so führt man die rechte Hand das Gefäß umfassend in bestimmter Zahl, z. B. 9 mal, 14 mal, 27 mal streichend von unten nach oben hin, und läßt sie über der Öffnung etwas verweilen. ... Wer dieses mit Aufmerksamkeit gethan hat, kann versichert seyn, daß er das Wasser magnetisiert, d.h. demselben eine lebendige von ihm ausgegangene innere Bewegung, oder wenn man will, eine Kraft mitgetheilt hat.“

Ein holländischer Magnetiseur, der ähnlich arbeitete, berichtete, eine Pati-

entin, die „magnetisiertes“ Wasser trank, habe den Geschmack mit „*angenehmer als Selzer Wasser ... schöner als der beste Kaffee*“ beschrieben. Andere Patienten wollten einen besonderen Blumenduft am behandelten Wasser wahrgenommen haben.

Ein Anhänger des „magnetischen Heilens“ glaubte, die hier wirkenden „*unbegreiflichen Gesetzmäßigkeiten*“ so umschreiben zu sollen: Diese Gesetze sind „*Erscheinungen des geheimsten Lebens, desselben göttlichen Wesens der Natur, in welcher wir leben, weben und sind, und von welchem unsere Vernunft nur das irdische Abbild ist*“.

Diese Verirrungen, die sich aus einer auf die Spitze getriebenen „romantischen“ Weltansicht ergaben, konnten jedoch bald überwunden werden. In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts wurden die kalten, lauen und warmen Wasseranwendungen weiter entwickelt, woran der Pfarrer Sebastian Kneipp in Wörishofen einen besonderen Anteil hatte.

Die Wasserheilkuren, die schon um die Mitte des 18. Jahrhunderts von den schlesischen Ärzten Siegmund Hahn (1664–1742) und dessen beiden Söhnen Johann Gottfried und Johann Siegmund (1696–1773), den „Wasserhähnen“, wie sie spöttisch genannt wurden, eingeführt wurden und als „Hydrotherapie“ auch ausführlich wissenschaftliche Begründung fanden, sind bald auch zu einem wichtigen Bestandteil volksmedizinischer Praktiken geworden. Schon 1732 vertritt Siegmund Hahn erstmals seine Überzeugung in einem Buch, daß der Ursprung aller Dinge im Wasser liege, im „einfachen“ allerdings, denn beim „mineralischen“ wisse man nie, welche Wirkung es habe. Schlichtes, kaltes Wasser zu trinken, sich damit zu waschen, zu begießen oder darin zu baden, sei heilsam. Siegmund Hahn hielt sich bis an sein Lebensende daran: noch kurz vor seinem Tode – er starb 1742 mit 78 Jahren – badete er auch im Winter kalt.

Sein ältester Sohn, Johann Gottfried, studierte ebenfalls Medizin und entwickelte die von seinem Vater ausgeführten Wasserbehandlungen weiter, wiewohl sein wissenschaftliches Interesse vor allem der Erforschung der Pocken galt. 1737 rettete ihn sein Vater mit kaltem Wasser von schwerem Typhus. Dieser Heilerfolg wurde später von allen drei „Hähnen“ in ihren Schriften immer wieder zum Beweis der Heilkraft des kalten Wassers herangezogen.

Auch der jüngste Sohn, Johann Siegmund Hahn, studierte Medizin und setzt die Tradition von Vater und Bruder fort. Sein Buch „*Unterricht von Krafft und Würckung des frischen Wassers in die Leiber der Menschen*“ fand die größte Verbreitung. Es erschien 1738 erstmals und wurde innerhalb von sieben Jahren fünfmal aufgelegt. Bis in unser Jahrhundert hinein – der letzte unveränderte Neudruck erschien 1938 – blieb die Schrift wirksam. Sie war es auch, die 1849 dem Studenten Sebastian Kneipp in die Hände fiel und zur „Keimzelle“ der Kneipp-Kuren wurde.

Das Buch des jüngsten „Wasserhahns“ erläutert aber nicht nur die Wirkungsweisen des Wassers, sondern gibt auch viele Ratschläge, so etwa jenen:

„Zwar mag wohl das Wasser die Hesslichen nicht schön machen, doch ist es vermögend, die noch gegenwärtige Schönheit ziemlich zu erhalten. Vom bloßen kalten Wasser ist auch kein übler Geruch zu besorgen, und weil es zwar die Haut, doch nur ganz gemachsam, aufquellt, dabey aber auch stets

geschmeidig erhält, so können die Runtzeln nicht so bald, die Schurffen aber gar nicht an derselben sich äußern.“

Ebenso wie sein Bruder und auch schon sein Vater stellt Johann Siegmund das Wassertrinken als heilsam heraus. Klares, kaltes Wasser wirke neutralisierend und sei wichtig für eine ungestörte Funktion des Kreislaufes. Genaue anleitende Vorschriften zur Anwendung aber gab Hahn nicht.

Allerdings hatte die schlesische Stadt Schweidnitz an den „Wasserhähnen“ nicht nur Freude, denn der Bierkonsum und damit die Steuereinnahmen gingen drastisch zurück. Es wurden Klagen laut, daß „*in den Häusern der Vornehmen jetzt so wenig Bier getrunken würde und daß die Ärzte die Schuld trügen, daß man sich mehr an das Wasser halte*“.

Dabei waren die „Wasserhähne“ beileibe keine Abstinenzler. Johann Siegmund schließt seinen „*Unterricht von Krafft und Würckung des frischen Wassers*“ (1738) weltoffen und lebensfroh:

„Je zeitlicher aber ein Mensch anhebt das frische Wasser bey gesunden oder ungesunden Tagen zum Trincken und Waschen zu gebrauchen, desto mehr Nutzen wird er davon verspühren; doch ist es auch im Alter nie zu spät, sich daran zu gewöhnen; man fange also in der Wiege schon an, und höre damit nicht eher auf, als im Grabe. Wer aber zur Freude und Abwechslung zuweilen bey dem Wasser-Trincken ein Glässgen Wein bescheid zu thun Lust hat, dem will ich solches mit einem hertzlichen Prosit gesegnen, denn immer eierley gebrauchen verursacht leicht Überdruß: Allezeit Wasser oder Wein trincken ist nicht lustig, sondern zuweilen Wein, zweilen Wasser trinken, das ist lustig.“

Aber nicht nur studierte Ärzte, sondern auch interessierte Laien entwickelten die Hahnschen Wasserkuren weiter. Die Kaltwasserkur-Therapie des Bauern Vinzenz Prießnitz (1799–1851) aus Gräfenberg im einstigen Sudetenland, der sich in seiner Wasserkurmethode als Schöpfer eines volkstümlichen Heilverfahrens, das mit wissenschaftlicher Medizin nichts gemein habe, fühlte und jene des schwäbischen Pfarrers Sebastian Kneipp (1821–1897), sind im Grunde nichts anderes, als eine Neubelebung alter und durchaus nicht vergessener Methoden. Die Prießnitzschen Umschläge waren bereits den Hippokratikern bekannt, ebenso wie die Kneippschen Wassergüsse der römischen Schulmedizin vertraut waren. Prießnitz hat die Anregung und Ausbildung seiner Wassermethode aus verschiedenen Quellen geschöpft, aus eigenem Nachdenken, aus der Beobachtung an Tieren und an sich selbst, aus Gesprächen mit umherziehenden Volksheltern. Einmal sah Prießnitz auch als Junge, wie ein umherziehender Mann durch nasse Umschläge und Zauberformeln eine wunde Kuh heilte, und er begriff schnell, daß die feuchte Einpackung heilsamer und wichtiger als die Zauberformel sein müsse.

Es ist für die Kurmethode von Prießnitz kennzeichnend, daß er, im Gegensatz zu früheren Wasserärzten, eine planmäßige Verbindung von Schwitzen und Kaltwassergebrauch herstellt. Das Schwitzen hält er für wesentlich, teils zur Entfernung von schädlichen Stoffen, teils zur Vermeidung von Kälteschädigungen der Haut durch das nachfolgende Bad.

Heute sind auch diese von begabten Laien ausgearbeiteten Sonderverfahren von der exakten Wissenschaft überprüft und nach Festlegung ihres Anzeigeb-

reiches längst unter die Heilmethoden der medizinischen Schule, insbesondere der naturheilkundlichen Richtung, aufgenommen.

Wasser spielt also, wie einige herausgegriffene Beispiele zeigen sollten, in den volksmedizinischen Heilverfahren und in der Naturheilkunde keine unbedeutende Rolle. Vielfach ist es die religiös-magische Sphäre, wie etwa der Gedanke an die forttragende und daher reinigende Kraft des Wassers, die das Übel fortschwemmen und die Krankheitsdämonen abwehren sollte. Daneben aber ist es auch die natürliche, dem Wasser zugeschriebene Heilkraft, die besonders dann verständlich wird, wenn es sich um mineralhaltige Gewässer handelt. Diese verschiedenen Komponenten gehen in der menschlichen Vorstellung oft ineinander über, und es läßt sich nicht immer klar erkennen, welche Kräfte bei der Heilung tatsächlich wirksam sind. Aber, daß dem Wasser zur „Heilung der Krankheiten und Erhaltung der Gesundheit“ ein ganz besonderer Stellenwert, sowohl in der Volksheilkunde als auch in der Naturmedizin zukommt, hat der Wörishofener Pfarrer Sebastian Kneipp schon im 19. Jahrhundert in seinem Buch „Meine Wasserkur“ ganz besonders deutlich ausgesprochen:

„Wer immer die Wirkungen des Wassers versteht und in seiner überaus mannigfaltigen Art anzuwenden weiß, besitzt ein Heilmittel, welches von keinem anderen, wie immer Namen habenden Mittel übertroffen werden kann. Keines ist mannigfaltiger in der Wirkung, als das Wasser.“

Dieser Beitrag ist die schriftliche Fassung eines Vortrages im Rahmen der „Neuberger Gespräche 1998“ zum Thema „Wasser“, der im „Kunsthause Muerz“ in Mürzzuschlag gehalten wurde.

Literaturhinweise:

- Elfriede Grabner, Krankheit und Heilen. Eine Kulturgeschichte der Volksmedizin in den Ostalpen. 2., korrigierte und um eine Einleitung erweiterte Auflage. Wien 1997.
- Elfriede Grabner, Wasser in der Volksmedizin. In: G. M. Dienes u. F. Leitgeb, Wasser. Ein Versuch. Graz 1990, S. 237–241.
- Viktor Fossel, Volksmedizin und medicinischer Aberglaube in Steiermark. Graz, 2. Aufl. 1886.
- Gernot v. Hahn, Hans-Kaspar v. Schönfels, Von der Heilkraft des Wassers. Eine Kulturgeschichte der Brunnen und Bäder. Aarau 1980.
- Georg Schreiber, Heilige Wasser in Segnungen und Volksbrauch. In: Zeitschrift f. Volkskunde, NF. 6, Berlin u. Leipzig 1936, S. 198–209.