

Terms and Conditions

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

müsse (das stimmt, ich hatte mehrere Tage wahnsinnige Schmerzen), die Dämpfung war ausgeglichen, Bazillen waren in drei verschiedenen Auswurfpräparaten nicht zu finden. Gegen den massenhaften Auswurf lobte er mir als Mediziner und Freund die Sommerbrodt'schen Kreosot-Kapseln an und wusste alle meine Einwürfe zu beschwichtigen. Bei wiederholtem Begegnen kamen wir auf dasselbe Thema. Ein's Tages ging es mir so verzweifelt schlecht, dass ich ihn doch um eine Schachtel bitten liess. Als sie mir aber übergeben wurde, bäumte sich mein ganzes Selbst dagegen auf; ich schloss sie uneröffnet in mein Pult, wo sie noch heute unberührt liegen mag. Wenn etwa ein Leser einen feindlichen Kostgänger hat, der einen gar zu üppigen Appetit entwickelt, und ihm denselben verderben will, dem gebe ich die Schachtel umsonst ab — mich kostet sie 3 Mark. Als mich mein lieber Arzt wieder befragte, meinte er: „Das habe ich mir wohl gedacht“.

Ich kurierte also unter Dr. Thiemann unablässig weiter. Anfang Dezember war mein Katarrh auf einmal fast beseitigt, aber nach acht Tagen infolge einer Fusserkältung wieder da, und ich hatte die traurigsten Weihnachten. Die Kur ging fort. Nebenbei hielt ich schon wieder lange Vorträge im Gesundheitsvereine, unterrichtete wie früher. Angeregt durch verschiedene vegetarische Schriften und Briefe lebte ich dann sechs Wochen streng vegetarisch. Die Freunde zuckten die Achseln. Aber ich hatte gesehen, dass eine Gewichtszunahme von fast 15 Pfund zur Entschleimung absolut nichts beizutragen vermochte; weshalb ich nun einmal das Gegenteil vom Mästen versuchen wollte. Der Erfolg blieb nicht aus. Mein Auswurf hörte bald völlig auf, der Husten verschwand, nur noch etwas Rachenkatarrh blieb. Auch dieser verlor sich bei fortgesetzter Kur. Zehn Monate war ich lungenkrank gewesen, ärztlich aufgegeben, tot gesagt, — als der Mai kam, kletterte ich wieder mit auf den höchsten Bergen herum. Und wenn ich früher infolge des tiefen Nervenleidens oft stundenlang dumpf und teilnahmslos auf einem Flecke gesessen hatte, war ich jetzt wieder das reine Quecksilber und voll neuer Pläne.

Die Leute wollten an meine Heilung gar nicht glauben und meinten, meine frohe Hoffnung und die Bestätigung meiner Genesung sei nur das bekannte Symptom der Tuberkulösen. Bis heute bin ich ohne jeden weiteren Anfall geblieben, trotzdem ich an Körper und Geist mitunter grosse Aufgaben stellte. (Bei Correctur dieses Artikels habe ich eben wieder eine dreitägige Hochgebirgstour im Riesengebirge hinter mir und bin täglich bis zu 12 Stunden die beschwerlichsten Wege mit Leichtigkeit gewandert. Meine Lunge ist kerngesund.)

Priessnitz sagt: „Zur Wasserkur gehört Charakter!“ Ja, es heisst eben beharrlich sein, denn: „Das Himmelreich der Genesung leidet Gewalt, und nur die sich Gewalt anthun, werden es an sich reissen.“ Nicht mit einigen Einspritzungen oder homöopathischen Kügelchen wird solch ein Leiden gehoben. „Wer seine Lunge retten will, muss seine Haut zu Markte tragen!“ hat Niemeyer gesagt. Im Jahre 1889 erkrankte der Grossherzog von Mecklenburg an demselben Leiden, und heute noch lebt er ausser seinem Lande. Möchte er daran denken, was sein Vater dem Wasser verdankte.

Vielfach bin ich dringend gebeten worden, diesen Heilbericht zu schreiben. Man hoffte wohl zumeist auf naturheilkundliche Rezepte. Ich habe die angewandten Kurformen absichtlich nur gestreift, denn jede Schablone richtet Unheil an, besonders bei Lungenleiden. Möge Jedem durch diese flüchtigen Zeilen die felsenfeste Ueberzeugung erwachsen: dass es keine Lungenheilmittel giebt, sondern dass nur die naturgemässe Lebens- und Heilweise zur Heilung von Lungenleiden führen kann; allerdings gehören dazu Zeit und Ausdauer.

Wer aber jemals dem Tode so tief und mit so klarer Besinnung ins hohle Auge geschaut hat, der weiss dann Leben und Gesundheit zu schätzen. Solch ein körperlich und geistig Wiedergeborener wird die Naturheilmethode nie mehr vergessen sein ganzes Leben, möge kommen, was da wolle. Beschränkte und verblendete Menschen nennen dies Fanatismus. Ich nenne es Lebensweisheit.

Aus den Naturheilanstalten.

Kessler's Naturheilanstalt: „Bad Ottenstein“, Schwarzenberg im sächs. Erzgebirge, unter Direktion von Bertrand Stahinger, früher Chemnitz.

Anschliessend an den in Nr. 6 des „Naturarzt“ gebrachten Aufruf zum „Barfussgehen“, dürfte es nicht uninteressant sein, zu erfahren, wie man solches neben der anderen Behandlung in „Ottenstein“ pflegt, überhaupt, wie man dort die Zeit verlebt. Je nach Art der Krankheit und Individualität der Person bekommt jeder Kurgast morgens vor 6 Uhr eine erfrischende Ganzabreibung. Nachdem 7 Uhr das Frühstück eingenommen ist, beginnt die erste Barfusspromenade im Grase auf einer grossen zum Bade gehörigen Wiese, welche, von 5 Minuten beginnend, bis auf 30 Minuten aus-