

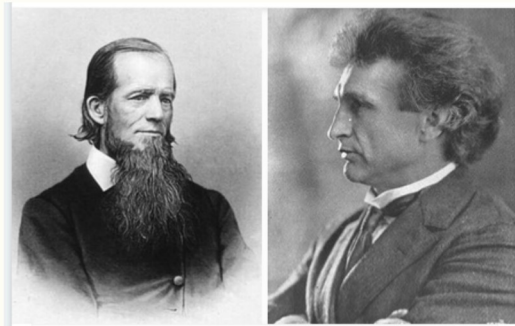
--- Auszug / Kurzfassung ---

James Caleb Jackson und Bernarr Macfadden: Pioniere der Naturheilkunde in Dansville, New York

Von Andrew W. Saul, Herausgeber

OMNS (12. Juli 2023) Doktor Jackson war einer der einflussreichsten Naturheilkundler des 19. Jahrhunderts. Persönlicher Freund von Frederick Douglass (*bek. Kämpfer gegen Sklaverei*) und Susan B. Anthony (*bek. Frauenrechtlerin*) und er war der Leibarzt von Clara Barton (*Gründerin des American Red Cross, Amerikanisches Rotes Kreuz*). Seine Beiträge zur Ernährungsgesundheit verdrängte weitgehend sein weitaus bekannterer Zeitgenosse Dr. John Harvey Kellogg.

Die Einrichtung in Dansville wurde später von Bernarr Macfadden betrieben und nach seinem Tod im Jahr 1955 bis 1971 als Kurort und Spa weitergeführt.



links: James Caleb Jackson, rechts: Bernarr Macfadden

Bernard Adolphus Macfadden, geboren 1868, mit 11 Jahren Waise und mit 35 Millionär. Überaus erfolgreicher Herausgeber populärer Zeitschriften. Persönlicher Freund von George Bernard Shaw. Der "Vater der Körperkultur" starb mit 87 Jahren. Er ist auf dem Woodlawn-Friedhof in der Bronx begraben.

DIE FAKTEN DES FADDISMUS

Betonung auf körperliche Aktivität und richtige Ernährung. Eine "vernünftige, regelmäßige Nutzung des Muskelsystems" und eine "gesunde Ernährung mit vitalen Lebensmitteln".

WASSERKUR

Dr. Jacksons Wasserheilkunde wurde stillschweigend in die konventionelle medizinische Praxis übernommen. Baden, richtige Hygiene, Bittersalzbäder, Sitzbäder, Massagen und eine hohe Wertschätzung der Spurenelemente in der Nahrung und der Bedeutung einer angemessenen Flüssigkeitszufuhr werden heute als medizinische Selbstverständlichkeit angesehen.

FASTEN

Macfadden fastete jahrzehntelang routinemäßig jeden Montag, Jahr für Jahr, mit vielen zusätzlichen ausgedehnten Fastenzeiten. Macfadden war für seine langen Arbeitstage bekannt und berüchtigt für seine körperliche Ausdauer. Dieser Mann konnte ein Kartenspiel in zwei Hälften zerreißen, und zwar zweimal, und wiederholt 100 Pfund (~ 45,4 kg) mit einer Hand über den Kopf heben.

MEDIZINPOLITIK

Zwischen dem Ende des Bürgerkriegs und dem Beginn des Ersten Weltkriegs herrschte in Amerika noch Wahlfreiheit in der Gesundheitsversorgung. Homöopathie, Kräuterkunde, Naturheilkunde, Hydrotherapie, der brandneue Beruf des Chiropraktikers und natürlich alle Arten von Patentmedizinern wetteiferten schamlos um deinen (*Patienten-*) Körper. Es war eine ideologische Treibjagd, in der kein einziges Behandlungssystem die Vorherrschaft hatte.

Die Zeiten haben sich seit Jacksons und sogar McFaddens Tagen geändert. Die Menschen strömen nicht mehr in die großen Kurhotels, um "die Kur zu machen". Aber es gibt nichts, was uns davon abhalten könnte, unser Zuhause zu unserem eigenen persönlichen Gesundheitsrefugium zu machen.