



Lebensreform in der Schweiz (1850–1950)

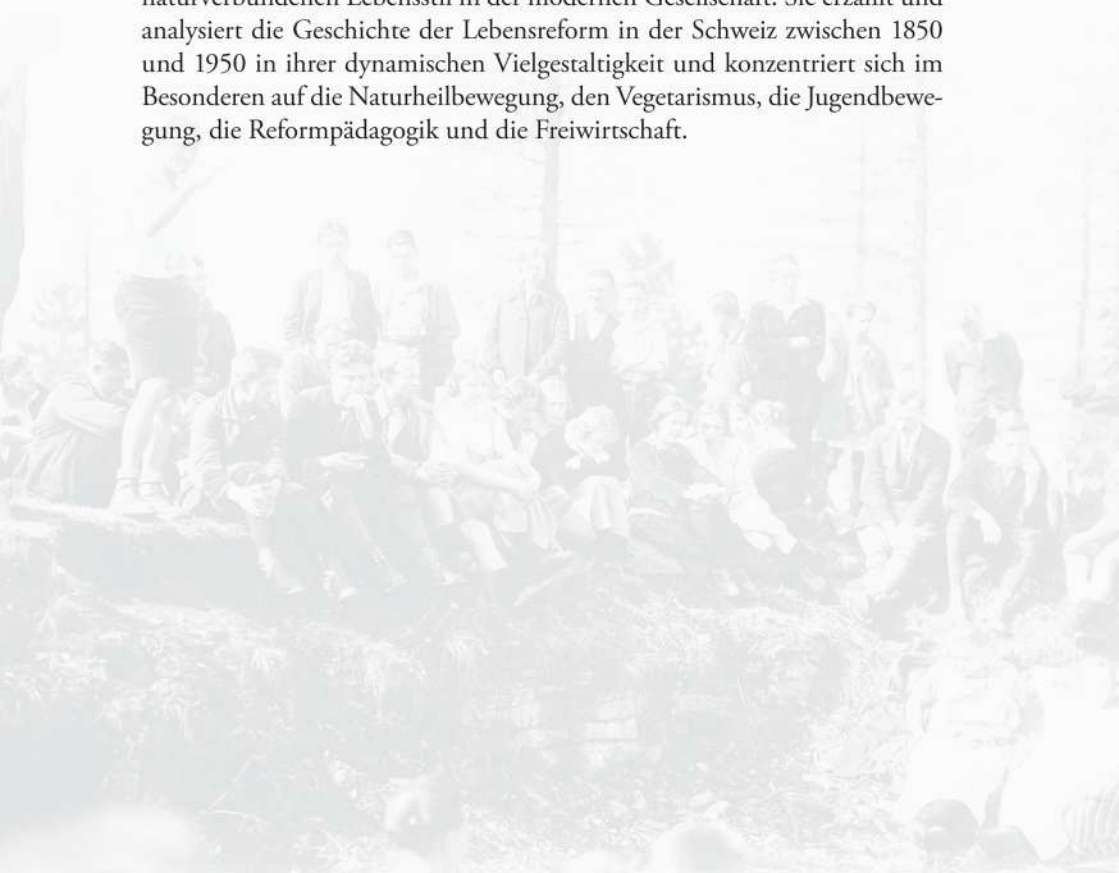
Vegetarisch essen, nackt baden
und im Grünen wohnen

Stefan Rindlisbacher



PETER LANG

Immer mehr Menschen achten heute auf eine möglichst vegetarische Ernährung mit biologisch hergestellten Lebensmitteln, sie trainieren ihren Körper mit Yoga, Gymnastik und Achtsamkeitsübungen und vertrauen auf naturheilkundliche Behandlungsmethoden. Ihre Freizeit verbringen sie in der freien Natur bei Sport, Wanderungen und Bergtouren und auch ihr Zuhause soll möglichst im Grünen liegen. Die vorliegende Studie untersucht die historischen Ursprünge dieser Suche nach einem gesunden und naturverbundenen Lebensstil in der modernen Gesellschaft. Sie erzählt und analysiert die Geschichte der Lebensreform in der Schweiz zwischen 1850 und 1950 in ihrer dynamischen Vielgestaltigkeit und konzentriert sich im Besonderen auf die Naturheilbewegung, den Vegetarismus, die Jugendbewegung, die Reformpädagogik und die Freiwirtschaft.



Stefan Rindlisbacher promovierte in Zeitgeschichte an der Universität Freiburg (Schweiz). Dort war er als wissenschaftlicher Mitarbeiter und Lehrbeauftragter am Departement für Zeitgeschichte tätig.

Lebensreform in der Schweiz (1850–1950)

Zivilisationen & Geschichte

Herausgegeben von
Ina Ulrike Paul und Uwe Puschner

Band 72

*Zu Qualitätssicherung und Peer Review
der vorliegenden Publikation*

Die Qualität der in dieser Reihe
erscheinenden Arbeiten wird vor
der Publikation durch
einen Herausgeber der Reihe geprüft.

*Notes on the quality assurance and
peer review of this publication*

Prior to publication, the quality of
the work published in this series
is reviewed by one of
the editors of the series.

Stefan Rindlisbacher

Lebensreform in der Schweiz (1850–1950)

Vegetarisch essen, nackt baden
und im Grünen wohnen



PETER LANG

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Die Druckvorstufe dieser Publikation wurde vom Schweizerischen Nationalfonds zur Förderung der wissenschaftlichen Forschung unterstützt.

Umschlagabbildung: Werner Zimmermann spricht während der Tagung des *Revolutionären Jugend-Rings* auf der Leuchtenburg bei Kahla, 12. April 1925: Archiv der deutschen Jugendbewegung, Witzenhausen, AdJb, Bestand F 1, Nr. 113/30.

Umschlaggestaltung: © Olaf Gloeckler, Atelier Platen, Friedberg

Dissertation zur Erlangung der Doktorwürde an der Philosophischen Fakultät der Universität Freiburg (Schweiz). Genehmigt von der Philosophischen Fakultät auf Antrag von Prof. Dr. Damir Skenderovic (Erstgutachter), Prof. Dr. Uwe Puschner (Zweitgutachter) und Prof. Dr. Maren Möhring (Drittgutachterin). Freiburg, den 22. März 2021, Prof. Dr. Bernadette Charlier, Dekanin

ISSN 1867-092X

ISBN 978-3-631-86826-3 (Print)

E-ISBN978-3-631-86829-4 (E-Book)

E-ISBN 978-3-631-86830-0 (EPUB)

DOI 10.3726/b19110

PETER LANG



Open Access: Dieses Werk ist lizenziert unter einer Creative Commons Namensnennung 4.0 Internationalen Lizenz (CC-BY-NC-ND)
Weitere Informationen: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

© Stefan Rindlisbacher, 2022

Peter Lang GmbH
Internationaler Verlag der Wissenschaften
Berlin

Peter Lang – Berlin · Bern · Bruxelles ·
New York · Oxford · Warszawa

Diese Publikation wurde begutachtet.

www.peterlang.com

Summary

Nowadays, ever-increasing numbers of people place importance on a balanced and, so far as possible, vegetarian diet consisting of organically produced foods, they train their bodies by means of yoga, gymnastics and mindfulness exercises, and they put their trust in naturopathic treatments. They prefer to spend their free time in nature, doing sports or going on hikes and mountain tours, and they even want their houses to be surrounded by greenery, or at least to have a large garden. The present study examines the historical roots of this quest for a healthy and natural lifestyle in modern society, by recounting and analysing the story of the life reform movement in Switzerland between 1850 and 1950.

In the nineteenth century, daily life in Switzerland was changing at a frantic pace. More and more people were moving to the cities, in order to work in factories and offices. Once there, many complained about the cramped living conditions, unhealthy food, bad air, noise and stress. At the same time, the loss of traditional bonds, the anonymity of living in the rapidly growing cities and the overwhelming choice of new leisure activities and opportunities for consumption triggered a feeling of disorientation in large numbers of people. In the face of these negative manifestations of the emerging industrial and consumerist society, the life reformers advocated a wide range of health-related practices, including vegetarian diets, abstinence from tobacco and alcohol, various forms of physical exercise and natural remedies, in addition to mental self-help techniques, psychoanalysis and a rich spirituality. This study examines life reform practices, together with the discourse concerning health, nature and the body that accompanied it. It will be shown in detail how the life reformers strived to bring about a social transformation via a reform of their individual ways of life, organised themselves into lifestyle movements, built settlements and gathering places, published numerous books and magazines, founded companies, marketed products and actively engaged in party politics.

The study is divided into five parts. It begins by describing the propagation of naturopathic water treatments, diets, light and air cures, and the opening of the first naturopathic institute in Switzerland since the middle of the nineteenth century. Next, the founding of the vegetarian movement in 1900 and the development of alternative food offerings through vegetarian restaurants and reform houses is presented. The third part deals with the emergence of the youth movement before the First World War, which introduced new leisure

activities into Switzerland through their alcohol-free hikes, mountain tours and holiday camps. The focus then shifts to the connected topic of the reform education movement, which played an important role in diffusing life reform in country boarding schools, teacher training seminars and adult education centres. The study concludes with the free economy movement, which connected reform health practices with economic and political demands, such as monetary reform and land reform, and which was highly active in Swiss politics of the 1930s and 1940s.

Resumé

Aujourd'hui, de plus en plus de gens vouent une attention accrue à une alimentation équilibrée, si possible végétarienne, à base de produits alimentaires élaborés selon des principes biologiques. Ils soumettent leur corps à un entraînement mêlant yoga et exercices de gymnastique et de pleine conscience et font confiance à des méthodes thérapeutiques basées sur la médecine naturelle. Ils préfèrent passer leur temps libre en pleine nature, à exercer des activités sportives ou des randonnées pédestres ou de haute montagne. Ils désirent par ailleurs disposer d'un domicile à la campagne ou du moins d'un logement qui dispose d'un grand jardin. La présente étude analyse les origines historiques de cette recherche d'un mode de vie plus sain et proche de la nature au sein de notre société moderne. Elle raconte et analyse l'histoire du mouvement Lebensreform (« réforme de vie ») en Suisse entre 1850 et 1950.

Au 19^{ème} siècle, la vie quotidienne en Suisse a subi une modification extrêmement rapide. De plus en plus de gens se sont déplacés dans les villes afin d'y travailler dans des fabriques et des bureaux. Nombreux étaient alors ceux qui se plaignaient de logements exigus, de produits alimentaires malsains, d'air vicié, de bruit et de stress. Simultanément, la perte des liens traditionnels, l'anonymat dans les villes en pleine croissance et l'incroyable choix de nouvelles activités de loisirs ont suscité, auprès de nombreuses personnes, un sentiment de désorientation. Les adeptes du mouvement Lebensreform ont dès lors commencé à propager de nombreuses pratiques visant à favoriser une meilleure santé : une alimentation végétarienne, l'abstinence en matière de tabac et d'alcool, divers exercices corporels ou des pratiques de naturopathie ainsi que des techniques mentales d'aide à soi-même, de la psycho-analyse ainsi que des offres de spiritualité les plus diverses afin de lutter contre ces phénomènes concomitants négatifs de la société industrielle et de consommation en devenir. La présente étude analyse les pratiques du mouvement Lebensreform ainsi que ses discours liés à la santé, à la nature et au corps. L'étude tente de comprendre de quelle façon les acteurs du mouvement Lebensreform ont cherché à susciter une transformation de la société par le biais de la modification du style de vie personnel prôné par le mouvement Lebensreform et se sont organisés à cet effet en mouvements s'orientant au style de vie, ont fondé des lieux de rassemblement et des colonies, ont publié de nombreux ouvrages et magazines, ont fondé des entreprises, ont commercialisé des produits et se sont engagés dans des partis politiques.

L'étude comporte cinq parties. Elle commence par décrire la diffusion des applications d'eau, des cures de lumière et d'air ainsi que des régimes inspirés par la naturopathie et l'inauguration de premiers sanatoriums de naturopathie en Suisse dès le milieu du 19^{ème} siècle. Puis, l'étude présente l'établissement du mouvement végétarien aux alentours de 1900 et la mise en place d'offres de consommation alternatives par le biais de restaurants végétariens et des magasins Reformhaus. La troisième partie traite de l'apparition du mouvement de la jeunesse avant la Première Guerre Mondiale qui a encouragé l'établissement d'activités de loisirs d'un nouveau genre en Suisse avec ses randonnées pédestres, ses expéditions en haute montagne et ses camps de vacances prônant l'abstinence en matière d'alcool. Ensuite, l'étude se concentre sur le mouvement de la réforme pédagogique qui aura joué un rôle important durant l'entre-deux-guerres pour la diffusion du mouvement Lebensreform dans les établissements d'éducation en campagne, les séminaires pédagogiques et les universités populaires. L'étude conclut avec le mouvement Freiwirtschaft (« économie libre ») qui reliait les pratiques sanitaires du mouvement à des exigences de politique économique préconisant par exemple une réforme monétaire ou une réforme du droit relatif au sol, un mouvement qui aura été très fortement actif au niveau politique en Suisse au cours des années 1930 et 1940.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort und Danksagung	11
1. Einleitung	15
2. Die Gesundheit pflegen und steigern: Die Naturheil- bewegung zwischen Selbstsorge und Biopolitik	49
2.1 Wasser, Sonne und Diäten: Die Entstehung der Naturheilkunde	57
2.2 Die Schweiz als Gesundheitsparadies: Die Ausbreitung der Naturheilanstalten	73
2.3 Sonnenbäder, Volksaufklärung und Sozialpolitik: Die Schweizer Naturheilmovement als biopolitischer Akteur	89
3. Vegetarisch, alkoholfrei und natürlich: Ernährungsreform und Reformwirtschaft	111
3.1 Anders essen, gesünder leben: Die vegetarische Bewegung	119
3.2 Gegen Alkohol, Tabak und Zucker: Genussmittelkritik im Zeichen der Eugenik	145
3.3 Reformhäuser, Vollkornbrote und Biogemüse: Die Reformwirtschaft zwischen Verzichtpostulaten und alternativen Konsumangeboten	173
4. Auf der Suche nach Selbstbestimmung und gesunder Freizeitgestaltung: Die Jugendbewegung in der Schweiz	205
4.1 Schülerinnen und Studenten gegen Alkohol und Drogen: Die abstinenten Verbindungen <i>Helvetia</i> und <i>Libertas</i>	215
4.2 Bergtouren, Volksmusik und Lagerfeuerromantik: Der <i>Schweizer Wandervogel</i>	227
4.3 Vom Hohen Meißner in den Grenzbunker: Die Schweizer Jugendbewegung zwischen Lebensreform und Aktivdienst	252

5. Einen „neuen Menschen“ formen:	
Durch (Selbst-)Erziehung zur Lebensreform	267
5.1 Licht, Luft und Körperkultur: Erziehung zur Gesundheit in Landerziehungsheimen	273
5.2 Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform: Lehrerseminare, Ferienkurse und Volkshochschulen als Experimentierräume	283
5.3 Ferienlager, Vegetarismus und neureligiöse Spiritualität: Die lebensreformerische Jugendbewegung	299
5.4 Der „neue Mensch“ ist nackt: Die Freikörperkultur und der <i>Schweizerische Lichtbund</i>	325
6. Wirtschaft und Gesellschaft verändern: Lebensreform als Politik	349
6.1 Eine wirtschaftspolitische Erweiterung der Lebensreform: Die Freiwirtschaftslehre	353
6.2 Im Schatten des Frontenfrühlings: Die Schweizer Freiwirtschaftsbewegung	365
6.3 Gesund und günstig wohnen: Bodenreform, Genossenschaften und Gartenstädte	388
6.4 Kokosnusspropheten, Tropensiedlungen und „Weltkolonisation“: Lebensreform im kolonialen Raum	413
7. Schluss: Lebensreform in der Schweiz (1850-1950)	427
8. Bibliografie	445
9. Abbildungsnachweis	495

Vorwort und Danksagung

Es ist Ostersonntag, der 12. April 1925. Eine Gruppe junger Menschen versammelt sich in einem kleinen Waldstück vor den Toren der Leuchtenburg bei Kahla in Thüringen. Sie tragen kurze Hosen und luftige Hemden mit Schillerkragen, Reformkleider und volkstümliche Trachten. Eine natürlich geformte Arena dient ihnen als Freilichtbühne. Mit angespanntem Gesichtsausdruck lauschen sie aufmerksam den Ausführungen des leidenschaftlich gestikulierenden Redners. Einige scheinen miteinander über das Gehörte zu tuscheln. Andere stehen fast wie unbeteiligt mit verschränkten Armen im Hintergrund. Eine ZuhörerIn hat sich sogar gemütlich auf ihren Mantel gelegt, um die warme Frühlingssonne zu genießen.

Diese lebhaft Szenerie ist auf dem Einband dieses Buches abgebildet. Sie zeigt Mitglieder des *Revolutionären Jugend-Rings*, die sich zu einer mehrtägigen Tagung trafen, um über Erziehung, Ernährung und Körperkultur, Anarchismus, Freiwirtschaft, Religion und Kunst zu sprechen. Zur Tagesordnung gehörten auch gesellige Aktivitäten wie Musik, Tanz und Theater sowie Wanderungen, Morgengymnastik und vegetarische Mahlzeiten. Die vorliegende Studie handelt von solchen Gruppierungen, die auf vielfältige Weise gesellschaftspolitische Anliegen, individuelle Gesundheitspraktiken und gemeinschaftliche Freizeitaktivitäten kombinierten. Sie interessiert sich für Menschen, die sich selbst zu verändern versuchten, um dadurch eine bessere Gesellschaft gestalten zu können. Diese Studie analysiert und erzählt die Geschichte der Lebensreform, die zwischen 1850 und 1950 mit ihren innovativen Ernährungsweisen, Körperanwendungen und Gesundheitsbehandlungen die moderne Industrie- und Konsumgesellschaft mitprägte. Sie handelt aber auch von autoritären Denkweisen, sozialdarwinistischen Gesellschaftsentwürfen und eugenischen Praktiken, die ebenfalls Teil der Lebensreform waren.

Die Fotografie auf dem Einband dieses Buches zeigt auch den einflussreichen Schweizer Lebensreformer Werner Zimmermann, wie er zu den jungen Menschen spricht. Der Berner Lehrer und Schriftsteller war überzeugter Vegetarier, trank keinen Alkohol und rauchte nicht. Er führte Ferienlager und Bergtouren im Stil der Wandervogelbewegung durch, engagierte sich für die Freiwirtschaftsbewegung und half mit, die Freikörperkultur in der Schweiz bekannt zu machen. In seinen zahlreichen Büchern schrieb er über Reformpädagogik, freie Sexualität und neue Formen der Spiritualität. Zimmermann war nicht nur in Deutschland ein gern gesehener Redner. Seine zahlreichen Reisen

führten ihn bereits in der Zwischenkriegszeit um die Welt. Er steht damit sowohl für die enorme Vielgestaltigkeit der Lebensreform in der Schweiz als auch für die transnationalen Dimensionen dieser Bewegung. Seine Geschichte und die Geschichten vieler weiterer Menschen, die auf der Suche nach einer natürlichen, harmonischen und gesunden Lebensweise waren, werden in dieser Studie erzählt.

Dieses Buch ist die leicht überarbeitete Version meiner Dissertation, die im Rahmen des durch den *Schweizerischen Nationalfonds* unterstützten Forschungsprojekts „Die Lebensreformbewegung in der Schweiz im 20. Jahrhundert“ an der Universität Fribourg entstand. Auch die Open-Access-Publikation dieses Buches wurde durch den *Schweizerischen Nationalfonds* ermöglicht. Für die wissenschaftliche und ideelle Unterstützung möchte ich Damir Skenderovic danken, der mein Interesse an der Lebensreform in seinen Seminaren weckte und meine Masterarbeit zur Geschichte der Freikörperkulturbewegung in der Schweiz betreut hatte. Besonders geschätzt habe ich an Damir Skenderovic, dass er mich bei wichtigen inhaltlichen und methodischen Fragen engagiert begleitete und mich zugleich dabei unterstützte, meinen eigenen Weg zu finden, um diese Dissertation erfolgreich abzuschliessen. Als besonders bereichernd habe ich in dieser Zeit den Austausch mit Eva Locher empfunden, die ihre Dissertation zur Lebensreform in der Schweiz nach 1950 verfasste und damit das SNF-Forschungsprojekt vervollständigte. Wir konnten uns gemeinsam in diese komplexe Forschungsthematik vertiefen, über passende Forschungsmethoden debattieren, Quellenbestände erschliessen und unsere Ergebnisse an Tagungen präsentieren.

Während meiner Promotionszeit hatte ich auch die Gelegenheit, mich mit aufgeschlossenen Kolleginnen und Kollegen am Departement für Zeitgeschichte der Universität Fribourg auszutauschen und erfahrene Wissenschaftler und Wissenschaftlerinnen kennenzulernen, die sich bereits seit längerer Zeit mit diesem Forschungsthema beschäftigen. Besonders hervorheben möchte ich dabei Andreas Schwab, Bernd Wedemeyer-Kolwe, Bernadett Bigalke, Judith Bodendörfer, Juri Auderset und Irma Gadiant. Sehr geschätzt habe ich auch den kontinuierlichen Austausch mit Cornelia Mügge. Neben den vielen anregenden Gesprächen haben wir auch mehrere interdisziplinäre Veranstaltungen zusammen organisiert. Bedanken möchte ich mich zudem bei Volker Hagendorf und der Stiftung «die neue zeit», die mir einen Einblick in wichtige Quellenbestände ermöglichten und dieses Forschungsprojekt immer mit grösster Aufgeschlossenheit unterstützten. Zu besonderem Dank bin ich auch Uwe Puschner für seine hilfreichen Hinweise zur Überarbeitung meiner Dissertation verpflichtet. Zudem bot er mir die Möglichkeit, dieses Buch in der Reihe «Zivilisationen &

Geschichte» des *Peter Lang Verlags* zu veröffentlichen. An dieser Stelle möchte ich mich auch bei Hermann Ühlein für die kompetente und zuverlässige Unterstützung bedanken.

Für die wertvollen Anregungen und sprachlichen Hinweise zu zahlreichen Teilen meiner Dissertation bin ich Elian Bösch dankbar. Mit keinem anderen Menschen habe ich so oft und intensiv über mein Forschungsthema gesprochen wie mit ihr. Mit ihrer Unterstützung konnte ich die letzte, intensive Abschlussphase trotz „Lockdown“-Beschränkungen bewältigen. Für die gemeinsamen Abendessen mit interessanten Gesprächen, die ruhigen Momente auf dem Balkon und die entspannenden Spaziergänge durch St. Gallen bin ich sehr dankbar. Für ihre bedingungslose Unterstützung möchte ich auch meiner Mutter Jacqueline Egger danken. Sie hat von Anfang an mein Interesse für Geschichte gefördert.

1. Einleitung

Vegetarisch essen, nackt baden und im Grünen wohnen: Ein Schlaglicht auf die Lebensreformbewegung

Der *Schweizerische Führer für Reformen und Vegetarier* verzeichnete in den frühen 1930er Jahren in der Schweiz über 120 Gaststätten, die vegetarische Mahlzeiten und alkoholfreie Getränke anboten. Allein in Zürich gab es neun vegetarische Restaurants – darunter das 1898 eröffnete Vegetarierheim.¹ Für alle, die lieber selbst kochten, wurde eine Liste mit über 50 Reformhäusern veröffentlicht. In diesen Geschäften gab es Reformprodukte wie Vollkornbrote, Mandelmilch, alkoholfreie Getränke oder Biogemüse zu kaufen.² In einer Werbeanzeige im *Schweizerischen Führer für Reformen und Vegetarier* pries beispielsweise ein Getränkehersteller seinen neusten Fruchtsaft als „herzhafte[s], alkoholfreies Tafelgetränk“ für alle „Freund[e] einer naturgemäßen Lebensweise“ an.³ Für die Zubereitung eines Birchermüeslis waren schonend verarbeitete Haferflocken im Angebot. Es gab aber auch eine „fertige Müsli-Mischung“ zu kaufen. Beliebt waren unter anderem auch das „Reform-Sauerkraut“ oder der „Fleischersatz“ aus Sojabohnen.⁴ Biologisch hergestellte Nahrungsmittel direkt vom Hof gab es bei Mina Hofstetter in Ebmatingen zu kaufen. Damit die Lebensreformer und Lebensreformerinnen ihre Nahrungsmittel selbst anbauen konnten, führte die Bio-Bäuerin auch Kurse über „neuzeitliche, viehlose Landwirtschaft und Gemüsezucht“ durch.⁵

Wer sich für Naturheilkunde interessierte, wurde im *Schweizerischen Führer für Reformen und Vegetarier* ebenfalls fündig. Naturheilstätten wie die *Kuranstalt Sennrüti* in Degersheim oder das *Sanatorium Lebendige Kraft* auf dem Zürichberg warben mit Wasseranwendungen, Sonnenkuren und Diätbehandlungen um neue Kurgäste und in einem Branchenregister boten bekannte Naturheilärzte und -ärztinnen wie Adolf Keller-Hoerschelmann, Max Bircher-Benner oder Anna Martens ihre Dienste an.⁶ Daneben gab es allerlei Kurse für

1 Vgl. Paul Häusle, *Schweiz. Führer für Reformen und Vegetarier. Verzeichnis der Reformliteratur, veget. Restaurants, Kur- und Speisehäuser, Pensionen, der Reformhäuser, Reformärzte und biolog. Landbau*, Zürich 1932, S. 25 ff.

2 Vgl. ebd., S. 24.

3 Ebd. S. 12.

4 Ebd., S. 20.

5 Ebd., S. 16.

6 Ebd., S. 27 f.

Atemübungen, Entspannungstechniken oder Loheland-Gymnastik. Wer sich lieber selbst behandelte, konnte sich auch Bircher-Benners Ernährungsratgeber kaufen oder ein anderes Buch aus dem „Schrifttum des Lebensreformers“ erwerben.⁷ Es gab eine riesige Auswahl an Heilkräuterbüchern, vegetarischen Kochbüchern und Anleitungen für die verschiedensten Naturheilbehandlungen. Zugleich versprachen neureligiöse Schriften über Yoga, Pendelmagie oder Talismane mehr Erfolg bei der „Selbst- und Lebensbemeisterung“.⁸

In einer Anzeige wurde sogar auf die Möglichkeit hingewiesen, ein kleines Haus in der *Gartenstadtsiedlung Schatzacker* in Bassersdorf zu erwerben. Die Siedlung sollte der „Auflockerung der Stadt dienen, ohne die Verbindung mit ihr abzubrechen.“ Die „Verpachtung von Gartenland, Bau und Vermietung von gesunden, billigen Wohnhäusern“ im Grünen sollte der „Pfleger und Förderung der körperlichen und ethischen Gesundheit des Volksganzen“ dienen. Dazu trage auch die „biologische Gärtnerei“ bei, die „einwandfreie, gesunde Gemüse und Früchte“ für die vegetarische Ernährungsweise der Bewohner und Bewohnerinnen produzierte. Neben diesen lebensreformerischen Zielen verfolgten die Initiatoren der Siedlung auch bodenreformerische und freiwirtschaftliche Anliegen, die zur „Entschuldung des Grund und Bodens und dessen Übergabe an die Allgemeinheit“ beitragen sollten.⁹

Der *Schweizerische Führer für Reforme und Vegetarier* markierte den vorläufigen Höhepunkt der Lebensreformbewegung in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts. Diese historische Quelle wurde als Einstieg in die vorliegende Forschungsarbeit gewählt, um die riesige Bandbreite an Praktiken, Diskursen und Organisationsstrukturen zu illustrieren, die diese Bewegung in der Schweiz zu Beginn der 1930er Jahre ausmachte. Dabei ist es wichtig, diese Quelle nicht nur als Werbeheft für Reformprodukte zu verstehen. Vielmehr dokumentiert sie auch ein komplexes Beziehungsnetz aus Organisationen, Einzelpersonen und Bewegungen, nennt zahlreiche Treffpunkte und Publikationskanäle, beschreibt Interaktionsräume, zählt Alltagspraktiken auf und gewährt nicht zuletzt einen Einblick in ein umfassendes System geteilter Deutungsmuster und Identitäten. Zugleich verweist der *Schweizerische Führer für Reforme und Vegetarier* auf eine grundlegende Problematik der geschichtswissenschaftlichen Erforschung der Lebensreform: Seit Historiker und Historikerinnen sich

7 Ebd., S. 7.

8 Ebd., S. 6.

9 Ebd., S. 8.

mit diesem Thema beschäftigen, ringen sie um eine Definition und konkrete Eingrenzung dieses enorm vielfältigen Forschungsgegenstandes.

Was ist Lebensreform? Annäherung an ein Forschungsdesiderat

Als Quellenbegriff wurde „Lebensreform“ erstmals im ausgehenden 19. Jahrhundert verwendet. So betonte beispielsweise der Schweizer Naturheilarzt Arnold Rikli schon 1895 in seiner populärwissenschaftlichen Abhandlung *Grundlehren der Naturheilkunde*, dass ein mehrwöchiger Kuraufenthalt in einer Naturheilanstalt nicht ausreiche, um die Gesundheit langfristig zu erhalten. Dazu müsse vielmehr die alltägliche Lebensführung durch „gründliche Lebensreformen“ nachhaltig verändert werden.¹⁰ Gerade in der Schweiz setzte sich der Lebensreformbegriff aber nur sehr zögerlich durch. Viele Akteure, die sich eigentlich mit typisch lebensreformerischen Praktiken beschäftigten, verwendeten ihn kaum. Sie sprachen und schrieben stattdessen von „naturgemäßer Lebensweise“, „natürlicher Ernährung“ oder „neuzeitlicher Körperpflege“.¹¹ Erst in den 1930er Jahren begann sich der Lebensreformbegriff in der Schweiz zu etablieren.

Um näher zu bestimmen, was Lebensreform bedeutet, lohnt sich ein weiterer Blick in den *Schweizerischen Führer für Reformen und Vegetarier*. In einer kurzen Einleitung, die konsequent in Kleinschrift verfasst wurde, erklärt der Herausgeber Paul Häusle, wie die in der Broschüre vorgestellten Produkte und Dienstleistungen zu verwenden seien. Sie sollten den Lesern und Leserinnen dabei helfen, eine umfassende „reform an körper, seele [und] geist“ durchzuführen, um damit einen „neuen, höheren lebensstil“ zu gestalten. Diese „lebensreform“ umfasst nach Häusle „die reine ernährung, den biologischen landbau, das zinsfreie und bessere wohnen ohne schuldknechtschaft, erziehungs-, heil-, und wirtschafts-, [...] geld- und bodenreform [...]“. Nicht zu vergessen seien auch „die vielen bahnbrechenden bestrebungen auf rein geistigem gebiete [...]“. Das selbstverantwortliche „individuum[...]“ sollte dadurch nicht nur sein eigenes Leben verbessern, sondern auch „den aufbau einer neuen welt“ voranbringen. Dieser gesamtgesellschaftliche Wandel werde von der „schweizerische[n] reformbewegung“ vorangetrieben, die seit vielen Jahren durch „vorkämpfer[...]“

10 Vgl. Arnold Rikli, *Die Grundlehren der Naturheilkunde*, Leipzig 1895, S. 114 f., zitiert S. 124.

11 Siehe zur Begriffsgeschichte u. a.: Wolfgang Krabbe, *Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform. Strukturmerkmale einer sozialreformistischen Bewegung im Deutschland der Industrialisierungsperiode*, Göttingen 1974, S. 12.

wie den Ernährungsreformer Max Bircher-Benner, den Freiwirtschaftler Fritz Schwarz und den „jugendführer“ Werner Zimmermann getragen werde.¹²

Lebensreform lässt sich aus dieser Sichtweise als individuelle Umgestaltung des alltäglichen Lebensstils zur Verbesserung der körperlichen und geistigen Gesundheit verstehen. Bestimmte Körper- und Gesundheitspraktiken wie sich vegetarisch zu ernähren, auf Alkohol zu verzichten oder nackt in der Sonne zu baden, lassen sich als lebensreformerisch beschreiben, wenn sie darauf abzielen, den eigenen Lebensstil nach gesundheitsorientierten Prämissen auszurichten. Dabei setzt diese Lebensreform ein handlungsfähiges Individuum voraus, das die Möglichkeit besitzt, das eigene Leben nach bestimmten Vorgaben selbstbestimmt umzugestalten. Zugleich schlossen sich Lebensreformer und Lebensreformerinnen in zahlreichen Organisationen zusammen, um ihre Interessen zu vertreten. Sie veröffentlichten Zeitschriften, versammelten sich an Vorträgen, bauten Treffpunkte auf, wehrten sich juristisch gegen Kontrahenten und engagierten sich bei Volksabstimmungen oder übernahmen politische Ämter. Als soziale Bewegung strebten sie damit auch einen gesellschaftlichen Wandel an, der zur Verbesserung der Gesundheit und des Wohlbefindens der gesamten Bevölkerung beitragen sollte.¹³

Bereits unter den historischen Akteuren war jedoch umstritten, welche Anliegen und Akteure zu dieser Lebensreformbewegung zu zählen seien. Auch die Geschichtsforschung tat sich damit schwer. Als Erster versuchte der Historiker Wolfgang Krabbe 1974 die verschiedenen Teilbestrebungen und Strömungen der Lebensreformbewegung systematisch zu ordnen. Dazu schlug er ein Kreismodell mit „spezifischen“ und „peripheren“ Bestrebungen vor: Vegetarismus, Naturheilkunde, Freikörperkultur und Kleiderreform fügte er ins Zentrum des Kreises, weil es sich dabei um eng verbundene, auf die individuelle Lebensweise abzielende Praktiken handle. Wesentlich stärker auf gesamtgesellschaftliche Probleme ausgerichtet und nur lose miteinander verbunden seien hingegen die Gartenstadt-, Bodenreform-, Siedlungs- und Antialkoholbewegung. Deshalb wies er diesen Bestrebungen Positionen an der Peripherie des Kreismodells zu. Ausserhalb des Kreises, aber noch mit gewissen Affinitäten und Kontakten zur Lebensreformbewegung, positionierte er die Jugendbewegung, die

12 Häusle, schweiz. führer für reformer und vegetarier, S. 3.

13 Siehe dazu auch andere Definitionsversuche: Wolfgang Krabbe, Die Lebensreformbewegung, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Bd. 1, Darmstadt 2001, S. 25–29; Bernd Wedemeyer-Kolwe, Die Lebensreformbewegung, in: Uwe Puschner u. a. (Hg.), Laboratorium der Moderne, Frankfurt a. M. 2015, S. 115–127.

Ausdruckstanzbewegung, die Reformpädagogik, die Volkskunst- und Heimatschutzbewegung und die Anthroposophie.¹⁴

Obwohl zahlreiche Historiker und Historikerinnen in dieser Zusammenstellung eine gewisse Willkür erkannten, prägte Krabbes Ordnungsmodell die nachfolgende Forschung.¹⁵ Die Eingrenzung der Lebensreformbewegung zu klar definierten Teilbereichen, Strömungen und Aspekten hat das vielfältige Forschungsfeld zwar übersichtlicher gemacht und dadurch die Zugänglichkeit erhöht. Mit dieser Vorstrukturierung wurden aber auch künstliche Grenzen geschaffen, die den Untersuchungsgegenstand nachhaltig verzerrten. Zudem beschränkten sich die meisten Forschungsarbeiten in der Folge nur auf einzelne, insbesondere die „spezifischen“ Teilbereiche der Lebensreformbewegung. Auf diese Weise sind mehrere Studien zur Naturheilkunde, zur Freikörperkultur, zum Vegetarismus und zur Ernährungsreform entstanden.¹⁶ Ein ähnliches Bild zeigt sich auch im *Handbuch der deutschen Reformbewegungen* und im Darmstädter Sammelband *Die Lebensreform*. Die beiden um 2000 erschienenen Überblicks- und Sammelwerke haben erstmals die enormen Potenziale der Lebensreformforschung aufgezeigt, die „fließende[n] Übergänge und gegenseitige[n] Beeinflussungen“ zwischen den einzelnen Teilbewegungen wurden

-
- 14 Vgl. Krabbe, *Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform*, S. 13. Noch vor Krabbe hatten die Historiker um Jonas Frecot in ihrer Biografie zum Jugendstilkünstler und Lebensreformer Fidus eine ähnliche Einteilung in „engere“ und „weitere“ Bestrebungen vorgenommen, auf die sich Krabbe bezog: Janos Frecot/Johann Friedrich Geist/Diethart Kerbes, *Fidus 1868–1948. Zur ästhetischen Praxis bürgerlicher Fluchtbewegungen*, München 1972.
- 15 Für eine ausführliche historiografische Darstellung des Forschungsgegenstandes siehe: Bernd Wedemeyer-Kolwe, *Aufbruch. Die Lebensreform in Deutschland*, Darmstadt 2017, S. 11–20.
- 16 Siehe zu den lebensreformerischen Teilbewegungen exemplarisch: Judith Baumgartner, *Ernährungsreform – Antwort auf Industrialisierung und Ernährungswandel. Ernährungsreform als Teil der Lebensreformbewegung am Beispiel der Siedlung und des Unternehmens Eden seit 1893*, Frankfurt a. M. 1992; Cornelia Regin, *Selbsthilfe und Gesundheitspolitik. Die Naturheilmovement im Kaiserreich (1889 bis 1914)*, Stuttgart 1995; Eva Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung. Zur Geschichte der Lebensreform um die Jahrhundertwende*, Frankfurt/New York 1997; Bernd Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“. *Körperkultur im Kaiserreich und in der Weimarer Republik*, Würzburg 2004; Avi Sharma, *We Lived for the Body. Natural Medicine and Public Health in Imperial Germany*, DeKalb 2014; Corinna Treitel, *Eating Nature in Modern Germany. Food, Agriculture, and Environment, c. 1870 to 2000*, Cambridge 2017.

darin aber weitgehend ausgeblendet.¹⁷ Erst wenige Monografien haben bisher versucht, mehrere dieser Teilbereiche miteinander in Verbindung zu bringen. Unter anderem hat Florentine Fritzens in ihrer Studie über die Lebensreformbewegung in Deutschland im 20. Jahrhundert die Naturheilkunde mit dem Vegetarismus, der Ernährungsreform und der Reformwarenwirtschaft verknüpft.¹⁸ Bernd Wedemeyer-Kolwe hat in seinem Überblickswerk zur Lebensreform auch noch die Körperkultur und Siedlungsbewegung in die Untersuchung miteinbezogen.¹⁹ Aber auch diese Studien verzichteten weitgehend darauf, die „spezifischen“ Lebensreformbestrebungen mit „peripheren“ Strömungen wie der Jugend-, Reformpädagogik- oder Freiwirtschaftsbewegung in Bezug zu setzen.

Eine Forschungslücke schliessen: Die Lebensreform in der Schweiz als transnationale Geschichte

Die vorliegende Forschungsarbeit versucht nun erstmals ein breiteres Spektrum der Lebensreform in einer zusammenhängenden Studie abzudecken. Das ist darum wichtig, weil sich die meisten lebensreformerischen Akteure gar nicht eindeutig dem einen oder anderen Bereich zuordnen lassen. So war beispielsweise der oben erwähnte Werner Zimmermann eben nicht nur ein Vordenker der Jugendbewegung, sondern auch ein ausgebildeter Reformpädagoge, der sich für Vegetarismus, Freikörperkultur und Biolandbau engagierte, in der Freiwirtschaftsbewegung eine wichtige Rolle spielte und den Aufbau einer Gartenstadtsiedlung anregte. Werden nun in einer Forschungsarbeit einzelne dieser Teilbereiche ausgeblendet, lässt sich die Geschichte dieses Akteurs nur unvollständig wiedergeben. Es ist darum ein Hauptziel dieser Studie, möglichst viele Strömungen, Teilbewegungen und Aspekte der Lebensreform in die Untersuchung miteinzubeziehen. Dabei geht es nicht um eine akribisch genaue Darstellung sämtlicher Akteure, Organisationen und Publikationen. Vielmehr werden die historischen Entwicklungen der zentralen Diskurse, Praktiken und Bewegungsstrukturen über einen langen Untersuchungszeitraum von knapp 100 Jahren aufgezeigt.

Die Studie beginnt um 1850 mit der Eröffnung erster Naturheilanstalten als früheste Spuren der Lebensreform in der Schweiz. Der Untersuchungszeitraum

17 Diethart Krebs/Jürgen Reulecke, Vorwort, in: Dies., (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 8.

18 Vgl. Florentine Fritzens, *Gesünder leben. Die Lebensreformbewegung im 20. Jahrhundert*, Stuttgart 2006.

19 Vgl. Wedemeyer-Kolwe, *Aufbruch*.

endet um 1950, weil sich in dieser Zeit ein Umbruch der Organisationsstrukturen und Themenfelder der Lebensreformbewegung in der Schweiz abzeichneten. Einerseits gingen im Zuge des Zweiten Weltkrieges wichtige Kontakte und Absatzmärkte verloren, die nach 1945 neu geknüpft und aufgebaut werden mussten. Andererseits richtete sich die Lebensreformbewegung in der Wachstumsgesellschaft der Nachkriegszeit auch thematisch neu aus. Zwar führten zahlreiche Akteure ihre Aktivitäten nach 1945 problemlos weiter und die meisten Zeitschriften mussten ihr Erscheinen während der Kriegszeit nicht unterbrechen, jedoch gab es in den 1950er Jahren auch neue Wortführer, Vordenkerinnen, Vereine und Unternehmen, die neue Ansätze wie den Natur- und Umweltschutz in die Lebensreformbewegung einbrachten und sich mit anderen sozialen Bewegungen wie den Studierenden- und Alternativbewegungen der 1960er und 1970er Jahre vernetzten. Diese Entwicklung in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts hat die Historikerin Eva Locher in ihrer Dissertation *Natürlich, nackt, gesund. Die Lebensreform in der Schweiz nach 1945* untersucht.²⁰ Die Geschichten zahlreicher Akteure, die in der vorliegenden Forschungsarbeit ihren Anfang nehmen, werden in Eva Lochers Studie weiter erzählt. Wo immer möglich wird im Folgenden auf diese Kontinuitäten verwiesen.²¹

20 Eva Locher, *Natürlich, nackt, gesund. Die Lebensreform in der Schweiz nach 1945*, Frankfurt a. M. 2021. Siehe zu den Kontinuitäten der Lebensreformbewegung nach 1945 auch: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019.

21 Die vorliegende Forschungsarbeit und Eva Lochers Dissertation sind im Rahmen des SNF-Forschungsprojekts „Die Lebensreformbewegung in der Schweiz im 20. Jahrhundert“ (2014–2018) am Departement für Zeitgeschichte an der Universität Fribourg entstanden. Neben den beiden Dissertationen sind auch weitere Artikel aus dem Projekt hervorgegangen: Stefan Rindlisbacher, *Popularisierung und Etablierung der Freikörperkultur in der Schweiz (1900–1930)*, in: *Schweizerische Zeitschrift für Geschichte*, 65/3 (2015), S. 393–413; Stefan Rindlisbacher, *Naturisme. Avant-garde et les alpes (= Naturism, avant-garde and the alps)*, in: Denise Marroquin (Hg.), *Monte Verità. Utopie expressionniste (= Monte Verità. Expressionist Utopia)*, Genf 2016, S. 60–67; Eva Locher/Stefan Rindlisbacher, *„Innere Verwandtschaft braucht keine Organisation“*. Der Schweizerische Lichtbund im 20. Jahrhundert, in: Frank-Michael Kuhlemann/Michael Schäfer (Hg.), *Kreise – Bünde – Intellektuellen-Netzwerke. Formen bürgerlicher Vergesellschaftung und politischer Kommunikation 1890–1960*, Bielefeld 2017, S. 221–244; Stefan Rindlisbacher, *Jugendzeitschriften zwischen Wandervogel und Lebensreform (1904–1924)*, in: Aline Maldener/Clemens Zimmermann (Hg.), *Let's historize it! Jugendmedien im 20. Jahrhundert*, Köln 2018, S. 37–60; Stefan

Trotz umfangreicher Quellenbestände beschäftigte sich die Geschichtsforschung bisher noch kaum mit der Lebensreform in der Schweiz. Das Interesse lag fast ausschliesslich auf zwei Themenbereichen: einerseits auf der Künstlerkolonie und Naturheilanstalt *Monte Verità* in Ascona²² und andererseits auf dem bekannten Naturheilarzt und Birchermüesli-Erfinder Max Bircher-Benner.²³ Weitere Beiträge befassen sich mit einzelnen Akteuren²⁴ oder lokalgeschichtlichen Ereignissen und Erinnerungsorten.²⁵ In den letzten Jahren sind

-
- Rindlisbacher, Am Anfang war der Monte Verità? Zur Entstehung der Lebensreform in der Schweiz, in: Gabriele Guerra (Hg.), *Tra ribellione e conservazione. Monte Verità e la cultura tedesca*, Rom 2019, S. 41–54; Stefan Rindlisbacher/Eva Locher, Abstinente Jugendliche im Höhenrausch. Nüchternheit, Leistung und gesunder Lebensstil in der Schweizer Abstinenz- und Lebensreformbewegung, in: *Body Politics*, 6 (2018), S. 79–108; Eva Locher/Stefan Rindlisbacher/Andreas Schwab (Hg.), Ausstellungskatalog „Lebe besser! Auf der Suche nach dem idealen Leben“, Bern 2020.
- 22 Siehe dazu u. a.: Andreas Schwab/Lafranchi Claudia (Hg.), *Sinnsuche und Sonnenbad. Experimente in Kunst und Leben auf dem Monte Verità*, Zürich 2001; Andreas Schwab, *Monte Verità. Sanatorium der Sehnsucht*, Zürich 2003; Elisabetta Borona et al. (Hg.), *Pioniere, Poeten, Professoren. Eranos und der Monte Verità in der Zivilisationsgeschichte der 20. Jahrhunderts*, Würzburg 2004; Kaj Noschis, *Monte Verità. Ascona et le génie du lieu*, Lausanne 2011; Mona De Weerd/Andreas Schwab (Hg.), *Monte Dada. Ausdruckstanz und Avantgarde*, Bern 2018; Denise Marroquin (Hg.), *Monte Verità. Utopie expressionniste (= Monte Verità. Expressionist Utopia)*, Genf 2016; Gabriele Guerra (Hg.), *Tra ribellione e conservazione. Monte Verità e la cultura tedesca*, Rom 2019.
- 23 Siehe dazu u. a.: Albert Wirz, *Die Moral auf dem Teller. Dargestellt an Leben und Werk von Max Bircher-Benner und John Harvey Kellogg, zwei Pionieren der modernen Ernährung in der Tradition der moralischen Physiologie*, Zürich 1993; Marina Widmer/Kathrin Barbara Zatti, *Zwischen Birchermüesli und Lebensphilosophie. Dagmar Liechti-von Brasch 1911–1993, Chefärztin der Bircher-Benner-Klinik*, Zürich 2008; Eberhard Wolff (Hg.), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010.
- 24 Sabina Roth, *Im Streit um Heilwissen. Zürcher Naturheilvereine anfangs des 20. Jahrhunderts*, in: Hans Ulrich Jost/Albert Tanner (Hg.), *Geselligkeit, Sozietäten und Vereine*, Zürich 1991, S. 111–137; Martin Aegerter, *Ein Pionier „naturgemässer Lebens- und Heilweise“, Dr. med. Adolf Keller-Hoerschelmann (1. Dezember 1879 - 17. August 1969). Leben und Werk*, Bern 1997; Peter Moser, *Mina Hofstetter-Lehner (1883–1967). Bäuerin und Forscherin*, in: Andréa Kaufmann/Claudia Wirz/Peter Moser (Hg.), *Drucken, Backen, Forschen. Pionierinnen der modernen Schweiz*, Zürich 2016, S. 70–97.
- 25 Roman Kurzmeier, *Viereck und Kosmos. Künstler, Lebensreformer, Okkultisten, Spiritisten in Amden, 1901–1912: Max Nopper, Josua Klein, Fidus, Otto Meyer-Amden*, Zürich 1999; Eva Büchi, *Als die Moral baden ging. Badeleben am schweizerischen*

auch einige Artikel über lebensreformerische Gesundheits- und Körperdiskurse in der Schweiz erschienen.²⁶ Zudem gibt es einzelne Lizentiats- und Masterarbeiten, die spezifische Aspekte oder Teilbewegungen der Lebensreformbewegung in der Schweiz untersuchen.²⁷ In Studien zur Reformpädagogik, zur Freiwirtschaft und zum Ausdruckstanz wird auf die Nähe zur Lebensreform hingewiesen, jedoch nicht weiter darauf eingegangen.²⁸ Die bisher einzige,

-
- Bodensee- und Rheinufer 1850–1950 unter dem Einfluss der Hygiene und der „Lebensreformbewegung“, Frauenfeld 2003; Richard Butz, Von Wagnissen. Utopisten, Visionäre, Gottsucher, Außenseiter und Pioniere zwischen Walensee und Bodensee im 20. Jahrhundert, St. Gallen 2008; Rebecca Niederhauser, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren“? Vegetarismus in Zürich, in: Schweizerisches Archiv für Volkskunde, 107/1 (2011), S. 1–34; Iris Blum, Monte Verità am Säntis. Die Lebensreform in der Ostschweiz 1900–1950 (Arbeitstitel), erscheint 2022.
- 26 Nathalie Baumann, „Sonnenlichtnahrung“ versus gutbürgerliche Fleischeslust. Die „richtige“ Ernährung im Spannungsfeld von Ernährungswissenschaft, Körpervermessung und Lebensreformbewegung im schweizerischen Raum zwischen 1890 und 1930, in: Schweizerische Zeitschrift für Geschichte, 58/3 (2008), S. 298–317; Eberhard Wolff, Moderne Diätetik als präventive Selbsttechnologie. Zum Verhältnis heteronomer und autonomer Selbstdisziplinierung zwischen Lebensreformbewegung und heutigem Gesundheitsboom, in: Martin Lengwiler/Jeanette Madarász (Hg.), Das präventive Selbst. Eine Kulturgeschichte moderner Gesundheitspolitik, Bielefeld 2010, S. 169–201; Laura-Elena Keck, Lebensreform und Ernährung in der Schweiz, in: Schweizer Zeitschrift für Ernährungsmedizin, 15/5 (2017), S. 6–9.
- 27 Irene Hänsenberger, Körperreform als Teilaspekt der Lebensreform. Eine sozialreformistische Bewegung mit dem Ziel einer gesellschaftlichen Bewusstseinsveränderung bezüglich des menschlichen Körpers, Lizentiatsarbeit Universität Bern 1992; Andrea Hopmann, Die Anfänge der Schweizer Freikörperkulturbewegung. Selbst- und Fremdbild anhand der Prozesse von 1926 und 1931, Lizentiatsarbeit Universität Zürich 2003; Lorenz Rüdüsühli, Jenseits von Ehe und Familie? Alternative Modelle der Geschlechtsbeziehung in der Lebensreformbewegung Deutschlands und der Schweiz? Lizentiatsarbeit Universität Bern 2008; Stefan Rindlisbacher, Irrwege aus der „modernen“ Industriegesellschaft. Eine kulturgeschichtliche Untersuchung zur Entstehung, Etablierung und Institutionalisierung der Schweizer Freikörperkulturbewegung, Masterarbeit Universität Freiburg 2012.
- 28 Markus Schärler, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, Die Geschichte der Freiwirtschaftsbewegung in der Schweiz (1915–1952), Zürich 1983; Kaspar Weber, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“. Reformbestrebungen der Jahrhundertwende und Rezeption der Psychoanalyse am Beispiel der Biografie von Ernst Schneider 1878–1957, Bern 1999; Simon Baur, Ausdruckstanz in der Schweiz. Anregungen, Einflüsse, Auswirkungen in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, Wilhelmshaven 2010.

kurze Überblicksdarstellung zur Lebensreform in der Schweiz hat Elisabeth Crettaz-Stürzel in ihrer Studie zur Reformarchitektur in der Schweiz vorgelegt.²⁹ Wegen dieser lückenhaften Aufarbeitung blieb die Lebensreform auch in Überblickswerken zur Schweizer Geschichte weitgehend verborgen.³⁰

Die vorliegende Forschungsarbeit schliesst nicht nur diese Lücke in der Geschichtsforschung der Schweiz, sondern ergänzt auch die Lebensreformforschung, die seit einigen Jahren einen zunehmend internationalen, transnationalen und globalgeschichtlichen Blick auf lebensreformerische Praktiken, Diskurse und Akteure wirft. Zuvor dominierte in der Geschichtsforschung die These, dass es sich bei der Lebensreform um ein typisch deutsches Phänomen handelte oder zumindest die Lebensreformbewegung in Deutschland viel grösser, einflussreicher oder radikaler gewesen sei als in anderen Ländern.³¹ Diese Sichtweise wird jedoch seit einigen Jahren zunehmend infrage gestellt. Neuere Forschungsarbeiten deuten darauf hin, dass es lebensreformerische Praktiken – wenn auch unter anderer Bezeichnung – auch in anderen europäischen Staaten und in Nordamerika gab.³² Um jedoch einen einseitigen,

29 Elisabeth Crettaz-Stürzel, *Heimatstil. Reformarchitektur in der Schweiz 1896–1914*, Frauenfeld 2005, S. 79–95.

30 Beispielsweise erwähnt Jakob Tanner in seinem Überblickswerk lediglich den Monte Verità: Jakob Tanner, *Geschichte der Schweiz im 20. Jahrhundert*, München 2015, S. 113.

31 Siehe dazu u. a.: Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 14 f.; Fritzen, *Gesünder leben*, S. 35 f.; Wedemeyer-Kolwe, *Aufbruch*, S. 156 ff.

32 Siehe dazu u. a.: James C. Whorton, *Nature Cures. The History of Alternative Medicine in America*, Oxford/New York 2002; Ruth C. Engs, *Clean Living Movements. American Cycles of Health Reform*, Westport 2000; Francine Barthe, *Géographie de la nudité. Être nu quelque part*, Paris 2003; Arnaud Baubérot, *Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature*, Rennes 2004; Johanna Hopfner/András Németh (Hg.), *Pädagogische und kulturelle Strömungen in der k. u. k. Monarchie. Lebensreform, Herbartianismus und reformpädagogische Bewegungen*, Frankfurt a. M. 2008; Evert Peeters/Leen van Molle/Kaat Wils (Hg.), *Beyond Pleasure. Cultures of Modern Asceticism*, New York 2011; Stephen L. Harp, *Au naturel. Naturism, nudism, and tourism in twentieth-century France*, Baton Rouge 2013; Adam D. Shprintzen, *The Vegetarian Crusade. The Rise of an American Reform Movement, 1871–1921*, Chapel Hill 2013; Brian S. Hoffman, *Naked. A Cultural History of American Nudism*, New York 2015; Anabella Pollen, *The Kindred of the Kibbo Kift. Intellectual Barbarians*, London 2016; András Németh/Claudia Stöckl/Beatrix Vincze (Hg.), *Survival of utopias. Life reform and progressive education in Austria and Hungary (= Weiterlebende Utopien. Lebensreformen und Reformpädagogik in Österreich und Ungarn)*, Frankfurt a. M. u. a. 2017.

nationalgeschichtlichen Blick auf die Geschichte der Lebensreform in der Schweiz zu vermeiden, bezieht die Studie immer auch grenzüberschreitende Aktivitäten und Transferprozesse in die Untersuchung mit ein. Das wurde in der bisherigen Forschung bereits ansatzweise für die Geschichte des Vegetarismus in Europa und den Vereinigten Staaten gemacht.³³ Schon Wolfgang Krabbe hatte 1974 in seinem Grundlagenwerk zur Lebensreform auf die vielfältigen Kontakte und Austauschbeziehungen zwischen Vegetariern und Vegetarierinnen in Deutschland, Frankreich, dem Vereinigten Königreich und den Vereinigten Staaten hingewiesen.³⁴ Vor allem in den letzten Jahren sind weitere Untersuchungen erschienen, die sich mit diesen grenzüberschreitenden Kontakten auseinandersetzen.³⁵ Seit einigen Jahren wird zudem auch die Verflechtung lebensreformerischer Akteure mit dem kolonialen Raum untersucht.³⁶

33 Siehe dazu u. a. Colin Spencer, *The heretic's feast. A history of Vegetarianism*, Hano-ver/London 1995; Arouna P. Ouédraogo, *De la secte religieuse à l'utopie philanthropique. Genèse sociale du végétarisme occidental*, in: *Annales. Histoire, Sciences Sociales*, 55/4 (2000), S. 825–843; Tristram Stuart, *The Bloodless Revolution. A Cultural History of Vegetarianism From 1600 to Modern Times*, New York/London 2006.

34 Unter anderem verweist Krabbe darauf, dass französische und amerikanische Vordenker wie Jean-Antoine Gleizes und William Andrus Alcott die deutschen Vegetarismus-Pioniere im 19. Jahrhundert beeinflussten: vgl. Krabbe, *Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform*, S. 54 ff.

35 Siehe dazu u. a. die Beiträge von Thomas Rohkrämer, Marc Gladieux und Monique Mombert im Sammelband Marc Cluet/Catherine Repussard (Hg.), „Lebensreform“. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht, Tübingen 2013. Siehe zur Wechselwirkung zwischen Europa und Indien: Julia Hauser, *Körper, Moral, Gesellschaft. Debatten über Vegetarismus zwischen Europa und Indien, ca. 1850–1920*, in: Norman Aselmeyer/ Veronika Settele (Hg.), *Nicht-Essen. Gesundheit, Ernährung und Gesellschaft seit 1850*, Berlin/München 2018, 259–287. Einen Blick auf globalisierungskritische Ansätze der Lebensreformbewegung wirft dieser Sammelband: Catherine Repussard (Hg.), *De la Lebensreform à l'altermondialisme. Métamorphoses de l'alternativité? (= Lebensreform – Antiglobalisierung. Metamorphose der Alternativbewegungen?)*, Strasbourg 2016.

36 Siehe dazu u. a. Catherine Repussard, *Utopies coloniales autour de 1900. Monde germanophone et modernité*, Paris 2015; Anna S. Brasch, *Moderne – Regeneration – Erlösung. Der Begriff der „Kolonie“ und die weltanschauliche Literatur der Jahrhundertwende*, Göttingen 2017; Francesco Spöring, *Mission und Sozialhygiene. Schweizer Anti-Alkohol-Aktivismus im Kontext von Internationalismus und Kolonialismus, 1886–1939*, Göttingen 2017; Susanne Heyn, *Kolonial bewegte Jugend. Beziehungsgeschichten zwischen Deutschland und Südwestafrika zur Zeit der Weimarer Republik*, Bielefeld 2018.

Auch die vorliegende Forschungsarbeit beschäftigt sich zwar mit der Lebensreform in der Schweiz und definiert damit den Schweizer Nationalstaat als abgrenzbaren Handlungsraum; sie zeigt aber immer auch transnationale Verflechtungsbeziehungen und Transferprozesse auf. Sie geht zwar von stabilen Aufnahme- und Ausgangsräumen aus, versteht den Nationalstaat aber nicht als abgeschlossenen Container.³⁷ Im Fokus steht dabei die Auswahl, Vermittlung und Rezeption von Diskursen und Praktiken. Es soll untersucht werden, wie diese Kulturinhalte durch Publikationen, Vortragsreisen, an internationalen Kongressen oder durch Treffen zwischen den Mitgliedern übertragen, aufgenommen und bearbeitet wurden und möglicherweise auch in veränderter Form auf den Absender zurückwirkten.³⁸

Erstens zirkulierten unzählige lebensreformerische Bücher und Zeitschriften, die oft in andere Sprachen übersetzt wurden, über die staatlichen Grenzen hinweg. Darin enthaltene Anleitungen für Naturheilbehandlungen, Argumente für eine vegetarische Ernährungsweise, die Kritik am übermäßigen Alkoholkonsum oder Entwürfe für Gartenstädte wurden aber nicht zwischen geschlossenen, nationalen Dachorganisationen ausgetauscht, sondern kursierten transnational und translokal zwischen Vereinen und Einzelmitgliedern. Zweitens waren lebensreformerische Vordenker und Vordenkerinnen sehr mobil. Sie nahmen an internationalen Kongressen teil, führten grenzüberschreitende Vortragsreisen durch oder besuchten die Treffpunkte lokaler Organisationen in anderen Ländern. Und selbst die normalen Mitglieder reisten für Kur- und Ferienaufenthalte ins Ausland, wo sie mit anderen Lebensreformern und Lebensreformerinnen in Kontakt traten. Gerade die Schweiz zog wegen ihrer zahlreichen Naturheilanstalten, vegetarischen Pensionen und Künstlerkolonien viele lebensreformerisch interessierte Menschen aus Europa und sogar Nordamerika an. Drittens gab es einige Bewegungen, die ihre Organisationsstrukturen über die nationalstaatlichen Grenzen hinweg herausbildeten.

37 Vgl. Michel Espagne, *Jenseits der Komparatistik. Zur Methode der Erforschung von Kulturtransfers*, in: Ulrich Mölk (Hg.), *Europäische Kulturzeitschriften um 1900 als Medien transnationaler und transdisziplinärer Wahrnehmung*, Göttingen 2006, S. 13–32.

38 Vgl. Matthias Middell, *Kulturtransfer und Historische Komparatistik. Thesen zu ihrem Verhältnis*, in: *Comparativ. Zeitschrift für Globalgeschichte und vergleichende Gesellschaftsforschung*, 10/1 (2000), S. 7–41; Michael Werner/Bénédicte Zimmermann, *Vergleich, Transfer, Verflechtung. Der Ansatz der Histoire croisée und die Herausforderung des Transnationalen*, in: *Geschichte und Gesellschaft*, 28/4 (2002), S. 607–636.

Beispielsweise verfügten die deutschen Vegetarier- oder FKK-Vereine häufig auch über Ortsgruppen in der Schweiz und andererseits versammelten Schweizer Akteure wie Werner Zimmermann oder Max Bircher-Benner viele Menschen aus Deutschland in ihren Organisationen.

Für die Erforschung der Lebensreform in der Schweiz ist es entscheidend, nicht nur die transnationalen Transferprozesse zu untersuchen, sondern auch die Zirkulation von Wissen und Praktiken zwischen den regionalen Sprachräumen. Während die deutschsprachigen Akteure meistens mit Deutschland zusammenarbeiteten, orientierten sich Lebensreformer und Lebensreformerinnen aus der französischsprachigen Westschweiz häufiger an Frankreich. Es gab jedoch auch immer wieder Kontakte zwischen den beiden Landesteilen, die besondere Hybridisierungsformen lebensreformerischer Praktiken und Diskurse ermöglichten, aber auch Differenzen sichtbar machten und sogar Konflikte zwischen den Sprachregionen offenlegten.

Natürlich, gesund und harmonisch leben: Ein Lebensstil der neuen Mittelschichten

Im einleitend zitierten Quellenbeispiel beschreibt Paul Häusle die Lebensreform als Instrument zur Schaffung eines „neuen, höheren lebensstil[s]“. ³⁹ Die vorliegende Forschungsarbeit übernimmt den Lebensstilbegriff, um die zusammenhängenden Handlungsweisen und Wissensbestände zu beschreiben, die zur Lebensreform gezählt werden. In den weiteren historischen Quellen wurden oft auch die Bezeichnungen „Lebensweise“, „Lebensführung“ oder „Lebensgestaltung“ synonym zum Lebensstilbegriff genutzt. Alle diese Begriffe verweisen auf die Art und Weise, wie Handlungen des alltäglichen Lebens geordnet und gedeutet werden. ⁴⁰ In der Forschung ist jedoch umstritten, inwiefern Menschen einen Lebensstil selbst wählen oder ob Lebensstile an sozialstrukturelle Kategorien wie Alter, Geschlecht, Herkunft oder Einkommen gebunden sind. Eine völlig freie Gestaltbarkeit von Lebensstilen scheint unrealistisch, weil sich bestimmte Ernährungsweisen, Freizeitaktivitäten oder Wohnformen ohne ausreichende finanzielle Mittel im Alltag gar nicht umsetzen lassen. Beispielsweise konnten sich um 1900 gar nicht alle Menschen einen Aufenthalt in einer Naturheilstätte oder den Einkauf im Reformhaus leisten. Andererseits lässt

39 Häusle, schweiz. führer für reformer und vegetarier, S. 3.

40 Siehe zur Begriffsdefinition und zum Forschungsstand u. a.: Werner Georg, Soziale Lage und Lebensstil. Eine Typologie, Opladen 1998; Peter H. Hartmann, Lebensstilforschung. Darstellung, Kritik und Weiterentwicklung, Opladen 1999.

eine strukturdeterminierte Perspektive ausser Acht, dass Menschen in ähnlichen sozioökonomischen Verhältnissen bisweilen ein sehr unterschiedliches Leben führen.⁴¹ Warum verzichteten beispielsweise im frühen 20. Jahrhundert immer mehr Menschen ohne finanzielle Not auf tierische Nahrungsmittel und verschiedene Genussmittel wie Alkohol, Tabak oder Zucker und richteten grosse Teile ihres Alltags entlang dieser Konsumentenscheide aus? Die vorliegende Studie versucht diese beiden Ansätze miteinander zu verknüpfen, indem der Lebensstil der Lebensreformerinnen und Lebensreformer auf drei Ebenen untersucht wird, auf denen sowohl die individuellen Gestaltungsmöglichkeiten als auch die Strukturgebundenheit der untersuchten Handlungsweisen beachtet werden.

Auf einer ersten Ebene lassen sich Lebensstile anhand äusserlich beobachtbarer Routinen im Alltag beschreiben. Dabei geht es um die Art und Weise, wie sich die Menschen kleiden, was sie essen und trinken, wie sie wohnen und ihre Freizeit verbringen, wofür sie ihr Geld ausgeben, welche Kontakte sie pflegen, welche Beziehungen sie eingehen und wie ihr Sexualleben aussieht.⁴² Für die Lebensreform lassen sich vor allem einige typische ernährungs- und körperbezogene Verhaltensweisen und Praktiken identifizieren. Dazu gehörte der Verzicht auf Alkohol und Tabak, die fleischfreie bis vollständig vegetabile Ernährung mit weitgehend unverarbeiteten, später auch „biologisch“ oder lokal erzeugten Produkten, eine aktive Körperpflege mit Gymnastik, Nacktbaden, Tanz, Massagen, Atem- oder Entspannungsübungen sowie eine funktionale Bekleidung. Aber auch spezifische Wohnformen, Arbeitsweisen, religiöse Rituale, Freizeitaktivitäten, Konsumgewohnheiten und Sexualpraktiken gehörten zu den äusserlich beobachtbaren Routinen, die Lebensreformer und Lebensreformerinnen miteinander teilten.

Aber nicht jede Person, die auf Fleisch verzichtete, nackt badete oder im Grünen wohnte, lässt sich zwangsläufig als Lebensreformer oder Lebensreformerin deklarieren. Diese beobachtbaren Handlungsrouninen müssen auf einer zweiten Ebene immer auch mit Werten, Einstellungen und Deutungsmustern abgeglichen werden. Erst diese Koppelung von Handlungsweise und Bedeutung ermöglicht eine Historisierung eines für die Lebensreform typischen

41 Vgl. Gunnar Otte, Hat die Lebensstilforschung eine Zukunft? Eine Auseinandersetzung mit aktuellen Bilanzierungsversuchen, in: Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie, 57/1 (2005), S. 1–31.

42 Vgl. Ursula A.J. Becher, Geschichte des modernen Lebensstils. Essen, Wohnen, Freizeit, Reisen, München 1990, S. 11 ff.

Lebensstils. Dieser war in erster Linie mit dem Streben nach Gesundheit verbunden. Mit ihren Ernährungsweisen, Körperübungen und Wohnformen versuchten Lebensreformer und Lebensreformerinnen spezifische Gesundheitsideale zu verwirklichen, die sich aus naturwissenschaftlichem Wissen über den Körper und essentialistischen Naturvorstellungen zusammensetzten.⁴³

Der geradezu dogmatische Appell, sich den Naturgesetzen zu unterwerfen, verweist auf das zweite, typische Charakteristikum des für die Lebensreform typischen Lebensstils. Dieser wurde immer auch als „naturgemässer“ oder „natürlicher“ Lebensstil konzipiert, mit dem sich die Lebensreformer und Lebensreformerinnen von „unnatürlichen“ Behandlungsmethoden, „naturwidrigen“ Wohnverhältnissen oder „künstlichen“ Nahrungsmitteln abgrenzten. Der Ruf nach Natürlichkeit, der häufig unter der Devise „Kehrt zur Natur zurück!“ eingefordert wurde, bedeutete aber für die Wenigsten eine Rückkehr zu einer vormodernen Lebensweise, die grundsätzlich auf technische Errungenschaften der modernen Welt verzichtet.⁴⁴ Auch wenn es einige schillernde Aussteigerinnen und „barfüssige Propheten“ gab, die einen radikalen Bruch mit der urbanen Industriegesellschaft anstrebten, befolgten die allermeisten Lebensreformer und Lebensreformerinnen einen weitgehend unauffälligen, an bürgerliche Normen angepassten Lebensstil.⁴⁵ Ihre Natürlichkeitsforderungen bezogen sich vielmehr auf eine andere, vegetarische Ernährungsweise oder auf Gesundheitsbehandlungen ohne industriell hergestellte Medikamente. Ihre Rückkehr zur Natur beschränkte sich darauf, eigenes Gemüse im Schrebergarten anzubauen, sich im Licht- und Luftbad nackt in die Sonne zu legen oder am Sonntag in den Bergen zu wandern. Selbst das eigene Haus im Grünen blieb für die meisten Lebensreformer und Lebensreformerinnen unerreichbar. Sie mussten sich deshalb mit einem Lebensstil begnügen, der zumindest ein gesünderes und natürlicheres Leben in der Stadt ermöglichte. Die Natur war damit in erster Linie eine Projektionsfläche für lebensreformerische Gesundheitsideale. Die Rückkehr zur Natur konnte nur in einem eng begrenzten Rahmen erfolgen – ob

43 Eine ausführliche Darstellung der lebensreformerischen Gesundheitsvorstellungen folgt in Kapitel 2.

44 Der einflussreiche Naturheilarzt Adolf Just nannte sein 1896 erstmals erschienenes Hauptwerk „Kehrt zur Natur zurück!“.

45 Siehe zu den Naturpropheten und Aussteigerinnen: Ulrich Linse, Barfüssige Propheten. Erlöser der Zwanziger Jahre, Berlin 1983.

auf einer Sonntagswanderung in den Bergen, beim Gemüseanbau im Schrebergarten oder beim Nacktbaden im Licht- und Luftbad.⁴⁶

Dieser natur- und gesundheitsorientierte Lebensstil war indes nicht für alle Menschen durchführbar. Neben den beobachtbaren Routinen und den damit verbundenen Werten, Einstellungen und Deutungsmustern ist ein Lebensstil auf einer dritten Ebene immer auch an sozialstrukturelle Bedingungen geknüpft. Pierre Bourdieu geht beispielsweise in seiner Habitus­theorie davon aus, dass sich die soziale Ordnung auf die individuelle Lebenspraxis auswirkt. Die Sozialisation im Kindes- und Jugendalter, aber auch spätere Eindrücke und Erfahrungen prägen die Denk- und Verhaltensmuster von Menschen. Wenn sie in Gesellschaftsschichten mit ähnlichem Einkommen und Bildungsniveau aufwachsen, würden sie ähnliche Überzeugungen und ästhetische Vorlieben entwickeln, die sich in vergleichbaren Konsumgewohnheiten, Freizeitaktivitäten und Ernährungsweisen zeigen. Dieser gruppenspezifische „Geschmack“ lasse sich an den Lebensstilen ablesen.⁴⁷

Die Geschichtsforschung hat darauf hingewiesen, dass sich die Lebensreform vor allem in den neuen Mittelschichten – unter Beamten, Kaufleuten, Büroangestellten, Lehrerinnen und Künstlerinnen – ausgebreitet habe. Diese sozialen Aufsteiger und Aufsteigerinnen hätten die lebensreformerischen Gesundheits- und Natürlichkeitsideale dazu genutzt, um sich „erfolgreich zu vergesellschaften und damit zum akzeptierten Teil der Moderne zu werden.“⁴⁸ Wer sich lebensreformerisch betätigen wollte, musste über die dazu nötigen ökonomischen, kulturellen und sozialen Ressourcen verfügen, um sich intellektuell mit den komplexen Gesundheitskonzepten auseinandersetzen zu können, sich teure Reformprodukte leisten zu können und für die aufwendigen Freizeitaktivitäten genügend Zeit haben. Eva Barlösius weist beispielsweise darauf

46 In der Forschung wird meistens darauf verwiesen, dass sich Lebensstile, die Natur- und Gesundheitsideale in den Vordergrund rücken, erst mit den neuen Umweltbewegungen in den 1970er und 1980er Jahren etablierten. Nachdem die politisierten Debatten der 1968er-Bewegung abgeflaut seien, habe eine „Ökologisierung der Lebensstile“ stattgefunden, die sich vor allem durch eine Moralisierung des Konsumverhaltens auszeichnete: vgl. Dieter Rink, *Nachhaltige Lebensstile zwischen Ökorevisionismus und neuem Fundamentalismus*, „grünem Luxus“ und „einfacher leben“. Zur Einführung, in: Ders. (Hg.), *Lebensstile und Nachhaltigkeit*, 2002, S. 7 ff.

47 Vgl. Alexander Lenger/Christian Schneickert/Florian Schumacher, *Pierre Bourdieus Konzeption des Habitus*, in: Dies. (Hg.), *Pierre Bourdieus Konzeption des Habitus. Grundlagen, Zugänge, Forschungsperspektiven*, Wiesbaden 2013, S. 26 f.

48 Wedemeyer, *Die Lebensreformbewegung*, S. 124.

hin, dass man sich den Fleischkonsum zuerst leisten können muss, um darauf bewusst zu verzichten.⁴⁹ Zugleich boten die neuen Mittelschichten auch ideale Experimentierräume, um neue Werte, Verhaltensweisen und Alltagspraktiken zu erproben. Sie gewährten genügend Freiräume und individuelle Freiheiten, um sozial abweichende Lebensstile zu erproben.⁵⁰ Auch die vorliegende Forschungsarbeit geht davon aus, dass sich der natur- und gesundheitsorientierte Lebensstil der Lebensreformer und Lebensreformerinnen zwischen dem ausgehenden 19. Jahrhundert und der Zwischenkriegszeit des 20. Jahrhunderts vor allem in den neuen Mittelschichten der Schweiz ausbreitete.

Praktiken und Diskurse: Zur methodischen Herangehensweise

Weil im Unterschied zur soziologischen Lebensstilforschung in der Geschichtswissenschaft die historischen Akteure nicht mehr über ihren Lebensstil befragt werden können, braucht es andere Methoden und Quellen, um vergangene Lebensstile zu untersuchen. Ein vielversprechender Ansatz ist hierfür die historische Praxeologie. Sie untersucht ähnlich wie die Lebensstilforschung „routinierte Formen von Handlungen, welche eine subjektiv wahrgenommene Handlungsnormalität begründen.“⁵¹ Weil sich diese Handlungen nicht mehr beobachten lassen, fungiert in der historischen Praxeologie „die materielle Quelle als der primäre Stellvertreter der Praxis“. In manchen Quellen – vor allem in handwerklich hergestellten Objekten wie Briefen, Apparaten oder Alltagsgegenständen – ist die „Bearbeitung durch die Menschen“ sichtbar erhalten geblieben.⁵² In der Regel werden jedoch Texte, Bilder, Filmaufnahmen und andere schriftliche oder audiovisuelle Quellen als „Repräsentationen von Praktiken“ untersucht.⁵³ In einem möglichst grossen, vielfältigen und dichten Quellenkorpus lassen sich dann Handlungsmuster identifizieren, die „kollektiv geteilt, gemeinsam vollzogen und [...] auf Dauer gestellt“ waren. Wobei nur „repetitive Routinen“ auf Ordnungen in der Lebenspraxis verweisen.⁵⁴ Auf diese Weise lässt sich herausfinden, wie das geregelte Sprechen

49 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, 1997, S. 278–283.

50 Vgl. Becher, *Geschichte des modernen Lebensstils*, S. 35 f.

51 Sven Reichardt, *Praxeologische Geschichtswissenschaft. Eine Diskussionsanregung*, in: *Sozial.Geschichte*, 22/3 (2007), S. 48.

52 Lucas Hassis/Constantin Rieske, *Historische Praxeologie. Zur Einführung*, in: Dies. (Hg.), *Historische Praxeologie. Dimensionen des Handelns*, Paderborn 2015, S. 28.

53 Ebd., S. 30.

54 Ebd., S. 33.

über lebensreformerische Praktiken an der Hervorbringung und Formierung bestimmter Diskurse über Gesundheit, Natur oder den Körper beteiligt war.

Die historische Praxeologie ist an dieser Stelle mit der historischen Diskursanalyse verbunden. Michel Foucault beschreibt Diskurse als „Praktiken, die systematisch die Gegenstände bilden, von denen sie sprechen.“⁵⁵ Wirklichkeit ist damit nicht objektiv vorhanden, sondern wird erst durch die Sprache gebildet. Indem der Mensch die Dinge in seiner Umwelt mit Bedeutungen und Sinn ausstattet, erzeugt er Wissen mit Wahrheitsanspruch. Die Diskursgeschichte fragt nach den historischen Bedingungen, unter denen dieses Wissen entstanden ist. Sie untersucht die Grenzen des Sag-, Denk- und Machbaren und versucht damit herauszufinden, wie sich die Wahrnehmung von Wirklichkeit im Verlauf des historischen Prozesses verändert hat.⁵⁶ Wenn verschiedene Akteure über die Gestalt der Wirklichkeit sprechen, ringen sie um Deutungsmacht. Sie versuchen ihre Sichtweise im gesellschaftlichen Aushandlungsprozess als wahr und richtig zu etablieren. Jedoch haben die beteiligten Akteure je nach ihrer sozialen und fachlichen Stellung unterschiedliche Erfolgchancen bei dieser Aushandlung von Bedeutung. Jürgen Habermas unterscheidet dabei zwischen zentralen und peripheren „Orten des Sprechens mit ihren legitimierten beziehungsweise autorisierten Stellvertretern“.⁵⁷ Gesellschaftlich anerkannte Akteure aus der Politik, Wirtschaft und Kultur haben dabei mehr Macht, die Menschen von ihren Wahrheiten zu überzeugen und damit die Sozialordnung zu gestalten, als Akteure, die über weniger Autorität und Legitimität verfügen, um öffentlich über bestimmte Dinge zu sprechen. So werden Diskurse meistens von den gesellschaftlichen Machtzentren aus geregelt, gefiltert und kanalisiert.⁵⁸ Nach Foucault wird Macht durch den Diskurs aber nicht nur „befördert und produziert“, sondern kann auch „unterminiert“ und infrage gestellt werden.⁵⁹ So ist es möglich, dass auch sozial marginalisierte Akteure Diskurse mitgestalten und ihre Deutungsangebote von der Peripherie in die Mitte der Gesellschaft gelangen, wo sie einen sozialen Wandel anstossen können. In diesem Sinne

55 Michel Foucault, *Archäologie des Wissens*, Frankfurt a. M. 1981, S. 74.

56 Siehe grundlegend zur historischen Diskursanalyse u. a.: Achim Landwehr, *Historische Diskursanalyse*, Frankfurt a. M. 2008.

57 Peter Haslinger, *Diskurs, Sprache, Zeit, Identität. Plädoyer für eine erweiterte Diskursgeschichte*, in: *Österreichische Zeitschrift für Geschichtswissenschaften*, 16/4 (2005), S. 38.

58 Vgl. ebd., S. 37–40.

59 Michel Foucault, *Der Wille zum Wissen. Sexualität und Wahrheit*, Frankfurt a. M. 1977, S. 122.

versucht die vorliegende Forschungsarbeit zu zeigen, wie sich lebensreformerische Praktiken und Diskurse im Verlauf des 19. und 20. Jahrhunderts in der Schweizer Gesellschaft etablierten.

Für die Lebensreform lässt sich beispielsweise das Nacktbaden als typische Praktik untersuchen, die mit verschiedenen Gesundheits-, Körper- und Moraldiskursen verbunden war. Das Sprechen über diese Praktik lässt sich über mehrere Jahrzehnte hinweg, entlang der heterogenen Organisationsstrukturen, in den verschiedensten Publikationen sowie in Foto- und Filmaufnahmen nachverfolgen. Dabei ist es möglich, spezifische Handlungsmuster zu identifizieren, die grosse Ähnlichkeiten aufweisen, jedoch auch eine leichte Variabilität zeigten. So legten sich die Menschen mit leichter Bekleidung oder vollständig nackt, mit unterschiedlicher Intensität und Periodizität in die Sonne. Diese Anwendung wurde in Kombination mit verschiedenen Übungen und Sportarten oder in Ruhelage, allein in der freien Natur oder mit anderen Menschen innerhalb eines abgeschlossenen Geländes durchgeführt. Gerade diese kleinen Unterschiede und historischen Veränderungen verraten viel über die Sinnhaftigkeit der Praktiken. Das Nacktbaden war sowohl mit Körper- und Gesundheitsvorstellungen verbunden wie auch mit Einstellungen zur Sexualität und Geschlechterordnung. Mit der alltäglichen Praxis, aber auch indem sie über das Nacktbaden sprachen und Bilder davon zeigten, regten Lebensreformer und Lebensreformerinnen einen gesellschaftlichen Aushandlungsprozess über Körperideale, Gesundheitsvorstellungen und Sexualnormen an.⁶⁰ Die Frage, wie nackt Menschen im (halb-)öffentlichen Raum sein durften, gehörte sicherlich zu den umstrittensten Themen der Lebensreform. Andere Praktiken wie die vegetarische Ernährung oder die Alkoholabstinenz waren zwar auch umstritten, jedoch wesentlich weniger konfliktreich. Andere, vor allem die Freizeit betreffende Praktiken wie Yoga, Atemübungen oder Wanderungen verbreiteten sich hingegen ohne grössere Widerstände in der Gesellschaft.

Nicht nur das Nacktbaden, auch viele andere lebensreformerische Praktiken und Diskurse waren mit dem menschlichen Körper verbunden. Verschiedenste Naturheilbehandlungen, Ernährungsregeln oder Ertüchtigungsübungen sollten direkt auf körperliche Funktionen einwirken oder zielten auf eine Veränderung des Körpers und seiner gesundheitlichen Verfasstheit ab. Bei der Analyse dieser Körperpraktiken und Körperdiskurse stützt sich die vorliegende Forschungsarbeit auf die Annahme, dass der Körper keine unveränderliche, ahistorische Entität ist, die im historischen Prozess nur als schweigendes Objekt

60 Siehe dazu das Kapitel 5.4.

der handelnden Akteure in Erscheinung tritt. Körperbilder und Körpererfahrungen sind vielmehr kulturell bedingt und historisch wandelbar.⁶¹ Lebensreformerische Akteure prägten mit ihrem Sprechen über Gesundheit und Natürlichkeit aber nicht nur die Konstruktion moderner Körperideale im 19. und 20. Jahrhundert. Mit ihren Körperübungen, Pflegeanleitungen und Diäten waren sie auch an der praktischen Hervorbringung des fitten, schlanken und sonnengebräunten Körpers beteiligt.⁶² So konnte sich beispielsweise die vegetarische Ernährung durch die reduzierte Aufnahme von Kalorien auf die Verdauung und das Körpergewicht auswirken und der Verzicht auf Alkohol, Nikotin und andere Reizmittel veränderte den Stoffwechsel und die Tätigkeit der inneren Organe. Die Bergtouren, Wanderungen oder Gymnastikübungen hatten einen Einfluss auf die Herzfrequenz, den Blutdruck, die Beweglichkeit der Sehnen und die Ausprägung der Muskeln. Das Licht-, Luft- und Sonnenbaden wirkte sich auf die Pigmentierung der Haut aus. Auch die Umgestaltung der Wohnsituation durch andere Möbel, grössere Fenster und häufiges Lüften

61 Seit den 1980er Jahren gerät der menschliche Körper zunehmend in den Fokus der Soziologie, Kultur- und Geschichtswissenschaften. Vor allem die feministische Forschung begann biologisch-essentialistisch gekennzeichnete Geschlechterrollen zu kritisieren und die dualistische Vorstellung von „männlichen“ und „weiblichen“ Eigenschaften ebenso wie rassistische Stereotype als wandelbare, kulturell geformte Zuschreibungen zu dekonstruieren. In Anschluss an Michel Foucaults Arbeiten zur Disziplinierungsmacht wurde auch die Frage diskutiert, inwieweit der Körper im historischen und soziokulturellen Kontext nicht nur unterschiedlich interpretiert, sondern auch praktisch geformt und damit hergestellt wurde. Zur Körpergeschichte siehe u. a.: Barbara Duden, *Geschichte unter der Haut. Ein Eisenacher Arzt und seine Patientinnen um 1730*, Stuttgart 1991; Judith Butler, *Körper von Gewicht. Die diskursiven Grenzen des Geschlechts*, Frankfurt a. M. 1997; Kathleen Canning, *The Body as Method? Reflections on the Place of the Body in Gender History*, in: *Gender & History*, 11 (1999), S. 499–513; Jakob Tanner, *Körpererfahrung, Schmerz und die Konstruktion des Kulturellen*, *Historische Anthropologie*, 2/3 (1994), S. 489–502. Für eine historiografische Übersicht siehe: Heiko Stoff, *Diskurse und Erfahrungen. Ein Rückblick auf die Körpergeschichte der 90er Jahre*, in: *Zeitschrift für Sozialgeschichte des 20. und 21. Jahrhunderts*, 14/2 (1999), S. 142–160; Peter-Paul Bänziger/Simon Graf, *Körpergeschichte des 19. und 20. Jahrhunderts. Eine „materielle“ Geschichte der Industrie- und Konsumgesellschaften zwischen Wissensproduktion und Differenzdiskursen*, in: *Traverse*, 19 (2012), S. 101–118.

62 Vgl. Maren Möhring, *Marmorleiber. Körperbildung in der deutschen Nacktkultur (1890–1930)*, Köln 2004, S. 15 ff.; Simon Graf, *Leistungsfähig, attraktiv, erfolgreich, jung und gesund. Der fitte Körper in post-fordistischen Verhältnissen*, in: *Body Politics* 1/1 (2013), S. 148–151.

oder der Umzug von der Stadt aufs Land hatten einen Einfluss auf den Schlafrythmus, die Lungenfunktion und damit auf das körperliche Wohlbefinden. Weil die in dieser Forschungsarbeit verwendeten Quellen aber keine Rückschlüsse auf die reale Veränderung der Körper zulassen, werden die Beschreibungen lebensreformerischer Ernährungsweisen, Naturheilbehandlungen oder Körperübungen immer als repräsentierte Praktiken analysiert.

Soziale Bewegungen in der modernen Gesellschaft: Auf den soziokulturellen Wandel reagieren oder ihn mitgestalten?

Bei der Lebensreform ging es um die individuelle Umgestaltung des persönlichen Lebensstils. Das bedeutete aber nicht, dass sich die Lebensreformerinnen und Lebensreformer allein in die Sonne legten, ein vegetarisches Birchermüesli genossen oder isoliert im kleinen Häuschen im Grünen wohnten. Um ihren Forderungen mehr Gehör zu verschaffen, schlossen sie sich in Interessengruppen, Vereinen und Verbänden zusammen. Sie kommunizierten über auflagenstarke Zeitschriften und versammelten sich zu Vorträgen, bei Kongressen und in Ferienlagern. Paul Häusle bezeichnete diese Zusammenschlüsse und gemeinsamen Aktivitäten im einleitenden Quellenbeispiel als „schweizerische reformbewegung“.⁶³ In anderen Quellen wurde der Bewegungsbegriff häufig in Verbindung mit bestimmten lebensreformerischen Forderungen verwendet wie zum Beispiel als „Naturheilmovement“, „Vegetarierbewegung“ oder „Freikörperkulturbewegung“. Das Kompositum „Lebensreformbewegung“ wurde in den untersuchten Quellen hingegen kaum verwendet und erscheint überhaupt erst ab den 1930er Jahren. Deshalb wird diese Bezeichnung im Folgenden vor allem als analytischer Begriff verwendet, um die Gesamtheit der lebensreformerischen Akteure und deren Aktivitäten zu benennen.

Als soziale Bewegung gilt „ein Netzwerk von Gruppen und Organisationen“, das sich auf eine „kollektive Identität“ stützt, eine „gewisse Kontinuität des Protestgeschehens“ sicherstellen kann und einen „Anspruch auf Gestaltung des gesellschaftlichen Wandels“ hat.⁶⁴ Wobei es keine Rolle spielt, in welche Richtung dieser Wandel gelenkt wird. Er kann sowohl gefördert, gebremst oder auch gewendet werden. Weil soziale Bewegungen „die Fähigkeit einer Gesellschaft ins Zentrum rücken, sich selbst zu produzieren und sozialen Wandel

63 Paul Häusle, schweiz. führer für reformer und vegetarier, S. 3.

64 Roland Roth/Dieter Rucht, Einleitung, in: Dies., (Hg.), Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch, Frankfurt a. M. 2008, S. 13.

aktiv zu gestalten“, gelten sie als „wichtige Akteure moderner Gesellschaften“ und sogar als „Kennzeichen der ‚Moderne‘“. ⁶⁵ Dieser bewusste Gestaltungswille setzt voraus, dass soziale Bewegungen einen Plan davon haben, wie sie die moderne Gesellschaft oder zumindest Teile davon verändern wollen. Ihre Mitglieder setzen sich in der Regel aus Akteuren zusammen, die mit ihren Anliegen im etablierten politischen Aushandlungsprozess nicht gehört werden. Darum versuchen sie mit unterschiedlichen Strategien ausserhalb der traditionellen Macht- und Herrschaftsstrukturen den gesellschaftlichen Wandel zu beeinflussen. ⁶⁶

Der Bewegungsbegriff wurde in der bisherigen Lebensreformforschung zwar oft verwendet, jedoch kaum reflektiert. Schon Wolfgang Krabbe hatte 1974 seine Studie über die Lebensreform mit dem Untertitel „Strukturmerkmale einer sozialreformerischen Bewegung im Deutschland der Industrialisierungsperiode“ versehen, ohne jedoch das Konzept der sozialen Bewegung methodisch zu erläutern. Erst Joachim Raschke ging 1985 in einem kurzen Beitrag in seinem historisch-systematischen Grundriss der sozialen Bewegungen analytisch auf die „Lebensreformbewegung“ ein. Er definierte sie als „kulturpessimistische Strömung des Bürgertums“, die um 1900 mit „umfassenden Reformvorschlägen für Kultur und Lebensstil“ einen gesellschaftlichen Wandel anstrebte. Die Lebensreformer und Lebensreformerinnen hätten diesen Wandel aber „nicht politisch durchgesetzt, sondern durch Aufklärung und beispielgebende Institutionen“ vorangetrieben. Damit hätten sie sich gegen Missstände in der „Phase der Hochindustrialisierung“ wie „Ernährungsprobleme, Wohnungsnot, Alkoholismus, Gesundheitsverfall, Anonymität und Umweltschäden“ engagiert. ⁶⁷ Die Geschichtsforschung berief sich in der Folge immer wieder auf diese kurze Definition der Lebensreform als soziale Bewegung. ⁶⁸ In Anlehnung an Raschke definierte unter anderem auch Bernd Wedemeyer-Kolwe die Lebensreformbewegung als „sozialreformerische Bewegung des ausgehenden 19. Jahrhunderts, die im Rahmen eines weitreichenden Naturbezugs eine Veränderung der als negativ gedeuteten Industriegesellschaft anstrebte und über eine ‚Selbstreform‘ zu einer Gesellschaftsreform gelangen wollte.“ ⁶⁹

65 Ebd., S. 14.

66 Vgl. ebd., S. 13 ff.

67 Vgl. Joachim Raschke, *Soziale Bewegungen, Ein historisch-systematischer Grundriss*, Frankfurt a. M. 1985, S. 44 ff., zitiert S. 45.

68 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 16 f.; Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 17; Fritzen, *Gesünder leben*, S. 34.

69 Wedemeyer-Kolwe, *Aufbruch*, S. 20.

Seither ist es unbestritten, dass die Lebensreformbewegung in engem Zusammenhang mit den soziokulturellen Transformationsprozessen des 19. und 20. Jahrhunderts untersucht werden muss. Darunter wird der Übergang von einer traditionellen Agrar- zu einer urbanen Industrie- und Konsumgesellschaft verstanden. Diese Entwicklung war durch einen tiefgreifenden Wandel der sozialen, ökonomischen und kulturellen Lebens- und Arbeitsbedingungen gekennzeichnet. Dazu gehörten Aspekte wie die steigende Mobilität der Menschen, die Globalisierung und das starke Bevölkerungswachstum, die massive Produktivitätssteigerung durch die voranschreitende Arbeitsteilung, der Aufbau industrieller Betriebe und die Durchsetzung der kapitalistischen Wirtschaftsordnung, die Verwissenschaftlichung, Bürokratisierung, Technisierung und Kommerzialisierung verschiedenster Lebensbereiche oder die Rationalisierung, Pluralisierung und Subjektivierung alltäglicher und religiöser Weltdeutungen. Die Gesamtheit dieser Veränderungsprozesse wird in der Forschung als Moderne oder moderne Gesellschaft bezeichnet.⁷⁰

Diese Modernisierungstheorien gerieten seit den 1980er Jahren wegen ihrer normativen Zuschreibungen, des teleologischen Fortschrittsparadigmas und der eurozentrischen Sichtweise zunehmend in die Kritik. Soziologen wie Zygmunt Bauman, Michel Foucault und Bruno Latour interpretierten die Moderne darum nicht mehr nur als emanzipatorisches Projekt, das mehr Wohlstand und Freiheit generiert, sondern betonten auch die Schattenseiten der Modernisierungsprozesse wie kolonialistische Gewalt, wachsende Ungleichheit und Naturzerstörungen. Anstatt die „guten“ Seiten der Moderne hervorzuheben, gerieten nun vor allem ihre „schlechten“ Seiten in den Fokus der Forschung. Einen anderen Ansatz, um die überholten Modernisierungstheorien zu erneuern, wählten Anthony Giddens und Ulrich Beck, indem sie zwischen einer „ersten Moderne“, in der die Menschen vor allem eine Wohlstandsakkumulation angestrebt hätten, und einer zweiten, reflexiven Moderne unterschieden, die sich durch die zunehmende kritische Selbstbeobachtung der Menschen auszeichne. Zwar erzeuge der technologische Fortschritt immer neue Risiken für den Menschen und seine Umwelt, zugleich würden diese Folgeprobleme der Modernisierung aber auch erkannt und es werde nach Lösungen gesucht.⁷¹

70 Siehe grundlegend zu den Modernisierungstheorien: Nina Degele/Christian Dries, *Modernisierungstheorie. Eine Einführung*, München 2005.

71 Vgl. Thomas Mergel, *Modernisierung*, in: *Europäische Geschichte Online*, <http://ieg-ego.eu/de/threads/modelle-und-stereotypen/modernisierung/thomas-mergel-modernisierung> (01.07.2020). Siehe zur reflexiven Modernisierung: Ulrich Beck/

In der Lebensreformforschung gab es eine ähnliche Entwicklung, die mit der Veränderung der Modernisierungstheorien korrelierte. Anfänglich wurde die Lebensreformbewegung vor allem als Reaktion auf die modernen Transformationsprozesse oder als eskapistische Flucht aus der modernen Gesellschaft gedeutet. Danach kam die These auf, es handle sich bei lebensreformerischen Praktiken um Therapieangebote, um schädliche Nebeneffekte der Urbanisierung, Technisierung und Industrialisierung zu bewältigen. Einige Forschende erkannten darin sogar ein Projekt zur Etablierung einer anderen Moderne, in der mehr Rücksicht auf die sozialen und kulturellen Bedürfnisse der Menschen genommen wird und in der die wirtschaftliche Entwicklung nicht mehr auf Kosten der natürlichen Ressourcen erfolgt. Die neuere Forschung interpretiert die Lebensreformbewegung zunehmend auch als Katalysator und Motor der modernen Transformationsprozesse. Sie wird beispielsweise als Träger moderner Körperbilder, Naturvorstellungen und Gesundheitsideale beschrieben.⁷² Die vorliegende Forschungsarbeit betont hingegen die Gleichzeitigkeit all dieser Aspekte: Warum die Lebensreform nur unter den Bedingungen der modernen Gesellschaft entstehen konnte und dabei zugleich eine Reaktion auf die Transformationsprozesse um 1900 war und diese auch beschleunigte, soll im Folgenden untersucht werden.

Dazu werden neuere Theorieansätze aus der Bewegungsforschung verwendet, die zur Erklärung „neuer“ sozialer Bewegungen nach 1945 entwickelt wurden. Diese „neuen“ sozialen Bewegungen, zu denen unter anderem die neue Umwelt-, Frauen-, Jugend- oder Bürgerrechtsbewegung gezählt werden, bildeten lose Netzwerke aus individuellen und kollektiven Akteuren. Sie verfolgten keine dezidierten klassen- oder schichtspezifischen Machtinteressen, sondern behandelten Fragen der Identitätspolitik, Lebensqualität und Selbstverwirklichung. Dabei problematisierten sie verschiedene Bereiche des Alltags wie Konsum, Sexualität, Bildung oder Freizeit und propagierten alternative Lebensstile und Gemeinschaftsformen. Auf diese Weise versuchten sie nicht, die politische Macht zu erringen oder das Wirtschaftssystem revolutionär umzugestalten, sondern in erster Linie einen Wertewandel anzuregen, um auf diese Weise die Gesellschaft zu verändern.⁷³ Aber ähnlich wie die Modernisierungstheorien

Anthony Giddens/Scott Lash, *Reflexive Modernisierung. Eine Kontroverse*, Frankfurt a. M. 1996.

72 Vgl. Wedemeyer-Kolwe, *Aufbruch*, S. 159–162.

73 Vgl. Thomas Kern, *Soziale Bewegungen. Ursachen, Wirkungen, Mechanismen*, Wiesbaden 2008, S. 52–60; Dieter Rucht, *Modernisierung und neue soziale Bewegungen. Deutschland, Frankreich und USA im Vergleich*, Frankfurt a. M./New York 1994, S. 127–155.

handelte sich bald auch die neue soziale Bewegungsforschung den Vorwurf des Ethnozentrismus ein. Ebenso wurde bezweifelt, dass diese neuen sozialen Bewegungen nur kulturelle Handlungsstrategien und Ziele verfolgten. So hätten sich auch nach 1945 viele Bewegungen mit ökonomischer Ungleichheit, politischen Mitbestimmungsrechten und globalen Verteilungsproblemen auseinandergesetzt. Nicht zuletzt wurde auch die Deklaration dieser sozialen Bewegungen als „neu“ kritisiert, weil auch frühere Bewegungen ähnliche Merkmale gezeigt hätten – so beispielsweise auch die Lebensreformbewegung.⁷⁴

Tatsächlich ist es auffallend, wie oft die Lebensreformbewegung in der Forschungsliteratur über die neuen sozialen Bewegungen als historischer Vorläufer für die neuen Umweltbewegungen und Alternativbewegungen der 1960er und 1970er Jahre beschrieben wird.⁷⁵ Einzelstudien über diese Bewegungen beginnen häufig mit kurzen Hinweisen auf lebensreformerische Akteure, Diskurse und Praktiken.⁷⁶ Joachim Radkau geht in seiner „Weltgeschichte der Ökologie“ noch weiter und konstatiert:

Über weite Strecken gewinnt man den Eindruck, dass sich etwas Ähnliches wie jene Umweltbewegung, die in den 1970er Jahren Gestalt annahm, schon nach 1900 entwickelt hätte, wären die damaligen Ansätze nicht durch die Kriegs- und Nachkriegsnöte unterbrochen worden – und in den USA durch jenen Boom, der die Illusion unbegrenzter Ressourcen reaktivierte.⁷⁷

Vor diesem Hintergrund ist es sinnvoll, die Lebensreformbewegung nicht mehr mit den theoretischen Ansätzen der 1980er Jahre zu erforschen, sondern dazu neuere Zugänge der neuen sozialen Bewegungsforschung zu nutzen.

74 Kern, Soziale Bewegungen, S. 60–63.

75 Vgl. Roland Roth/Dieter Rucht, Einleitung, S. 10 f.

76 Siehe dazu u. a.: Ute Hasenöhr, Zivilgesellschaft und Protest. Eine Geschichte der Naturschutz- und Umweltbewegung in Bayern 1945–1980, Göttingen 2011, S. 41 f.; Jens Ivo Engels, Naturpolitik in der Bundesrepublik. Ideenwelt und politische Verhaltensstile in Naturschutz und Umweltbewegung; 1950–1980, Paderborn u. a. 2006, S. 36; Karl-Werner Brand/Henrik Stöver, Umweltbewegung, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.), Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch, Frankfurt a. M. 2008, S. 221; Dieter Rucht, Das alternative Milieu in der Bundesrepublik. Ursprünge, Infrastruktur und Nachwirkungen, in: Sven Reichardt/Detlef Siegfried (Hg.), Das alternative Milieu. Antibürgerlicher Lebensstil und linke Politik in der Bundesrepublik Deutschland und Europa 1968–1983, Göttingen 2010, S. 70 f.; Frank Uekötter, Am Ende der Gewissheiten. Die ökologische Frage im 21. Jahrhundert, Frankfurt a. M. 2011, S. 56.

77 Joachim Radkau, Die Ära der Ökologie. Eine Weltgeschichte, München 2011, S. 62.

Einen gesundheitsorientierten Lebensstil teilen: Lebensreform als *Lifestyle Movement*

Um die Lebensreformbewegung zu untersuchen, wählt die vorliegende Forschungsarbeit einen theoretischen Ansatz der neuen sozialen Bewegungsforschung, der einen besonderen Fokus auf geteilte Lebensstile legt. In Anlehnung an die Soziologen Ross Haenfler, Brett Johnson und Ellis Jones wird die Lebensreformbewegung als *lifestyle movement* respektive lebensstilorientierte Bewegung verstanden. Dabei handelt es sich um „loosely bound collectivities in which participants advocate lifestyle change as a primary means to social change, politicizing daily life while pursuing morally coherent ‚authentic‘ social change identities.“⁷⁸ Zwar ist die Veränderung des Lebensstils ein Bestandteil der Handlungsstrategien vieler sozialer Bewegungen, aber nur bei lebensstilorientierten Bewegungen ist diese persönliche Veränderung die übergeordnete Herangehensweise, um einen sozialen Wandel anzustreben. Beispielsweise verpflichteten sich viele Mitglieder der neuen Umweltschutzbewegungen der 1970er und 1980er Jahre zu einem ressourcenschonenden Lebensstil, aber um die angestrebten Ziele zu erreichen, setzten diese Bewegungen vor allem auf öffentliche Protestaktionen und Verhandlungen mit politischen und staatlichen Akteuren. Ähnlich verhielt es sich mit der Tierschutz- und Tierrechtsbewegung, deren Anhänger und Anhängerinnen in der Regel auf den Verbrauch tierischer Produkte verzichteten, jedoch ihre Ziele vor allem über die Verschärfung gesetzlicher Schutzbestimmungen für Tiere anstrebten.⁷⁹ Demgegenüber propagierten lebensreformerische Akteure die individuelle Veränderung des persönlichen Lebensstils als Ausgangspunkt für den sozialen Wandel. Donna Maurer bringt diese Handlungsstrategie in ihrer Studie zur vegetarischen Bewegung in den USA auf den Punkt: „The primary, overarching strategy, then, is not to effect change through collective action but to change the world through collective individual improvement.“⁸⁰

Diese starke Fokussierung auf individuelle Handlungen hat zur Folge, dass lebensstilorientierte Bewegungen nur schwache Organisationsstrukturen ausbilden können. Trotzdem weisen sie eine verblüffende Stabilität und Langlebigkeit auf. Obwohl sich in der Schweiz nie eine überregionale Dachorganisation

78 Ross Haenfler/Brett Johnson/Ellis Jones, *Lifestyle Movements. Exploring the Intersection of Lifestyle and Social Movements*, in: *Social Movement Studies*, 11/1 (2012), S. 14.

79 Vgl. ebd., S. 6 f.

80 Donna Maurer, *Vegetarianism. Movement or Moment?* Philadelphia 2002, S. 115.

bildete, konnten sich lebensreformerische Organisationen, Zeitschriften, Treffpunkte und Wirtschaftsunternehmen dennoch über mehrere Jahrzehnte hinweg behaupten. Weil in lebensstilorientierten Bewegungen klare Organisationsstrukturen fehlen, tauschen sich ihre Mitglieder über informelle Netzwerke aus – meistens mit Familienmitgliedern, Freunden und Arbeitskolleginnen – oder treffen sich in kleinen, sozialen Gruppen mit Gleichgesinnten. Ideen, Überzeugungen und Konzepte zirkulieren vor allem in alternativen Medien. Zudem gibt es im Unterschied zu anderen sozialen Bewegungen keine formalen Führungspersonen, sondern *cultural entrepreneurs*, die mit populären Büchern, Zeitschriften und öffentlichen Auftritten die Bewegung zusammenhalten und ihr neue Impulse verleihen. Stabilisierend wirken zudem Vereine, Verbände und andere Zusammenschlüsse, die Publikationskanäle, Treffpunkte und Interaktionsräume zur Verfügung stellen. Auch kommerzielle Unternehmen können eine wichtige Rolle spielen, indem sie Produkte und Dienstleistungen verkaufen, die für die Durchführung des angestrebten Lebensstils unerlässlich sind.⁸¹ Grundsätzlich spielt der bewusste Konsum oder Konsumverzicht in lebensstilorientierten Bewegungen eine wichtige Rolle als kollektive Handlungsstrategie und bei der Schaffung geteilter Identitäten.⁸²

Die Langlebigkeit dieser Bewegungen lässt sich jedoch nicht auf besonders konsistente Gruppenidentitäten zurückführen. Im Gegenteil erschweren die individualisierten Handlungsstrategien sogar die Formulierung und Festlegung klarer Ziele und Methoden. Oft besteht nicht einmal Einigkeit darüber, wer überhaupt zur Bewegung gehört. Manchmal kann sogar der Name der Bewegung umstritten sein – was sich gerade auch an der Lebensreformbewegung eindrücklich zeigte. Zudem teilen die Akteure und Mitglieder in lebensstilorientierten Bewegungen zwar Überzeugungen und Praktiken, jedoch können sie eine sehr grosse politische, religiöse und weltanschauliche Heterogenität aufweisen. Darum ist es sehr schwierig, diese Bewegungen auf dem politischen Links-Rechts-Schema zu verorten.⁸³ Diese politische Ambivalenz

81 Vgl. ebd., S. 10 ff.

82 Vgl. Stefan Wahlen/Mikko Laamanen, Consumption, Lifestyle and Social Movements, in: International Journal of Consumer Studies, 39 (2015), S. 397–403; siehe zur Aktualität politischer Konsumentenscheide: John Connolly/Andrea Prothero, Green Consumption. Life-Politics, Risk and Contradictions, in: Journal of Consumer Culture, 8/1 (2008), S. 117–145.

83 Vgl. Haenfler/Johnson/Jones, Lifestyle Movements, S. 8.

konstatierte die Geschichtsforschung auch für die Lebensreformbewegung.⁸⁴ Beispielsweise konnte das Streben nach einem gesunden, fitten Körper sowohl eine liberale Subjektivierungstechnik sein als auch eine Projektionsfläche für faschistische Gewaltfantasien oder Ausdruck des neuen „Sowjetmenschen“. Lebensreformerische Praktiken wurden in den Dienst der verschiedensten Ideologien und Weltanschauungen gestellt.

Im Unterschied zu anderen sozialen Bewegungen, deren Aktivitäts- und Latenzphasen anhand öffentlicher Protestaktionen erkennbar sind, bleiben die Grösse und Betriebsamkeit lebensstilorientierter Bewegungen oft verborgen. In der Regel setzen sie nicht auf Massenaktionen wie Demonstrationen oder andere Manifestationen, sondern die Mitglieder müssen laufend ihren Alltag mit den Zielen der Bewegung in Einklang bringen. Für Lebensreformer und Lebensreformerinnen bedeutete beispielsweise die Arbeit im Schrebergarten, der Besuch eines Licht- und Luftbades, die Einnahme einer vegetarischen Mahlzeit oder jeder Einkauf im Reformhaus, im Sinne der Lebensreformbewegung zu handeln.

Diese individualisierten Handlungsstrategien führen dazu, dass die Erfolge lebensstilorientierter Bewegungen kaum sichtbar sind und sich nur über einen längeren Zeitraum hinweg messen lassen. Die Mobilisierung der Mitglieder wird dadurch erschwert. So betonen auch Haenfler, Johnson und Jones:

In the case of the social responsibility movement, why pay more for organic food, fair trade coffee, or a hybrid car if your action makes almost no difference in the large-scale outcome of the problem (whether that be the plight of world coffee farmers or global climate change) and any change that occurs will likely occur whether you participate or not?⁸⁵

Deshalb müssen sich die Mitglieder lebensstilorientierter Bewegungen ständig selbst davon überzeugen, das „Richtige“ zu tun. Wichtiger als die innere Geschlossenheit und ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl ist daher die fortlaufende Arbeit der einzelnen Mitglieder an der eigenen Identität. Diese moralisch kohärente und authentische Identität motiviert die Anhänger und Anhängerinnen einer lebensstilorientierten Bewegung, auch dann weiterzumachen, wenn der Erfolg der Bewegung nicht absehbar ist.⁸⁶ Inwiefern die

84 Siehe zur politischen Ambivalenz der Lebensreformbewegung u. a.: Arno Klönne, Eine deutsche Bewegung, politisch zweideutig, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Bd. 1, Darmstadt 2001, S. 31 f.

85 Haenfler/Johnson/Jones, Lifestyle Movements, S. 9.

86 Vgl. ebd., S. 8 f.

Lebensreformbewegung in der Schweiz mit diesem theoretischen Ansatz übereinstimmte oder ob sie auch andere Strategien nutzte, um über mehrere Jahrzehnte hinweg relevant zu bleiben, wird in dieser Forschungsarbeit untersucht.

Quellenauswahl

Um die Lebensreform in der Schweiz zu erforschen, wurde ein sehr grosser, bisher kaum in der schweizerischen Geschichtsforschung beachteter Quellenbestand bearbeitet. Dazu gehören zahlreiche Zeitschriften, die von Bünden, Vereinen oder Einzelpersonen herausgegeben wurden. Sie gewähren nicht nur einen Einblick in die lebensreformerischen Diskurse und Praktiken, sondern verweisen auch auf die Organisationsstrukturen der Lebensreformbewegung in der Schweiz. So enthalten sie einerseits theoretische Texte über Naturheilbehandlungen, Ernährungsweisen, Abstinenzforderungen oder Siedlungsbestrebungen und andererseits praktische Angaben zum Vorstand und den Mitgliedern, Hinweise auf Veranstaltungen und Berichte über gemeinsame Aktivitäten, Treffen und Konflikte. Auch transnationale Kontakte und Transferprozesse wurden in diesen Periodika dokumentiert. Buchempfehlungen und Werbeanzeigen für lebensreformerische Produkte und Dienstleistungen verweisen zudem auf das Konsumverhalten der Lebensreformerinnen und Lebensreformer. Nicht zuletzt ermöglichen Leserbriefe einen Einblick in die Gedankenwelt und alltäglichen Probleme der Mitglieder. Weil einige dieser Periodika über Jahrzehnte hinweg erschienen sind, lassen sich mit ihnen die historischen Veränderungen der Diskurse und Praktiken gut nachverfolgen und die Entwicklung der Bewegungsstrukturen nachzeichnen.

Die meisten Zeitschriften hatten einen thematischen Schwerpunkt. So gab beispielsweise die *Volksgesundheit* (1908–1988) Auskunft über die Naturheilbewegung, Max Bircher-Benners *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden* (1923–1978) behandelte ernährungsreformerische Themen und *die neue zeit* (1929–2004) berichtete in erster Linie über die Freikörperkultur. Ebenso informierten der *Schweizer Wandervogel*, die abstinenten Studentenverbindungen oder der *Schweizerische Freiwirtschaftsbund* in eigenen Publikationsorganen über ihre Aktivitäten. Einige Zeitschriften wie *Die Schulreform* (1908–1930) oder Werner Zimmermanns *Tao* (1924–1937) verknüpften hingegen mehrere Bestrebungen und Reformbewegungen. Die meisten der untersuchten Zeitschriften wurden in der Schweiz herausgegeben und legten ihren Fokus auf Schweizer Bewegungsstrukturen, berichteten aber jeweils auch über lebensreformerische Aktivitäten in anderen Ländern. Um grenzüberschreitende Kontakte und Zirkulationsprozesse zu untersuchen, wurden insbesondere auch

Zeitschriften aus Deutschland wie *Der Naturarzt* (ab 1861), das *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise* (1868–1893) oder *Der Vortrupp* (1912–1921) verwendet. Ebenso wie diese Zeitschriften gaben lebensreformerische Akteure auch zahlreiche Monografien, Prospekte und Flugschriften heraus, die ebenfalls in die Analyse einfließen.

Im Verlauf der Rechercharbeit wurden zehntausende Seiten dieser gedruckten, schriftlichen Quellen durchsucht, passende Stellen ausgewählt und anschliessend analysiert. Die meisten Publikationen waren in Schweizer Bibliotheken zugänglich, für einige deutsche Zeitschriften waren Reisen nach Berlin, Leipzig, Hannover und Frankfurt am Main nötig. Die publizierten Schriften wurden durch unveröffentlichte Quellen aus weitgehend unbearbeiteten Archivbeständen aus öffentlichen Sammlungen und privaten Archiven ergänzt. Neben Korrespondenzen und internen Protokollen wurden auch staatliche Rechtsquellen zu Gerichtsverfahren, Parlamentsdebatten und politischen Vorstössen untersucht. Dazu wurden Dokumentensammlungen und Nachlässe in den Nationalbibliotheken und Bundesarchiven in Deutschland und der Schweiz, im *Schweizerischen Wirtschaftsarchiv*, dem *Staatsarchiv Bern* und verschiedenen Universitätsbibliotheken genutzt. Wichtige Nachlässe – unter anderem von Fritz Schwarz und dem *Schweizer Wandervogel* – befinden sich im *Schweizerischen Sozialarchiv*. Wertvolle Einblicke ermöglichte auch das Privatarchiv der *Organisation von Naturisten in der Schweiz* in Thielle.

Aufbau der Arbeit

Die Forschungsarbeit ist in fünf Teile gegliedert, die einen Fokus auf die Themen Gesundheit, Ernährung, Freizeit, Erziehung und Politik legen. Zusammen bilden diese Kapitel die zentralen Aspekte des natur- und gesundheitsorientierten Lebensstils der Lebensreformer und Lebensreformerinnen ab. Diese thematische Herangehensweise ist mit der historischen Entwicklung der Lebensreformbewegung verknüpft. Die weitgehend chronologische Erzählung beginnt mit der Ausbreitung der Naturheilbewegung ab 1850, folgt der Etablierung der vegetarischen Bewegung um 1900, zeigt den Aufstieg der Jugendbewegung bis zum Ersten Weltkrieg, beschreibt die Rolle reformpädagogischer Akteure bei der Schaffung einer umfassenden Lebensreformbewegung in der Zwischenkriegszeit und wirft einen Blick auf die politischen Aktivitäten der Freiwirtschafts- und Siedlungsbewegung in den 1930er und 1940er Jahren.

Das erste Kapitel folgt dem Thema Gesundheit. Es wird durch eine theoretische Reflexion über die Veränderung der Gesundheitsvorstellungen im 19. Jahrhundert eingeleitet und wirft einen Blick auf die Konzepte und Praktiken der

Naturheilkunde. Im ersten Teil wird die Ausbreitung der Wasseranwendungen, Licht- und Luftbehandlungen und Diätikuren in der Schweiz vorgestellt. Danach wird gezeigt, auf welche Weise Naturheilanstalten wie Bircher-Benners *Lebendige Kraft* auf dem Zürichberg oder der *Monte Verità* in Ascona das Bild der Schweiz als Gesundheitsparadies mitprägten und einen neuartigen Gesundheitstourismus beförderten. Im dritten Teil wird die Entstehung der mitgliederstarken Naturheilbewegung vorgestellt, die mit Vorträgen, Kursen und Ratgeberliteratur den Gesundheitsdiskurs in der Schweiz mitgestaltete und mit ihren Sonnenbädern, Schrebergärten und Volkssanatorien Orte der öffentlichen Gesundheitspflege aufbaute. Mit ihren Aufklärungskampagnen, Präventionsangeboten und gesundheitspolitischen Vorstößen trat die Schweizer Naturheilbewegung nach 1900 zunehmend als biopolitischer Akteur auf.

Im zweiten Kapitel steht die Ernährung im Fokus. Zuerst wird der voranschreitende Ernährungswandel skizziert, der sich im Zuge der modernen Transformationsprozesse auch in der Schweiz zeigte. Zudem werden die grundlegenden Deutungsmuster und Praktiken der vegetarischen Ernährung erklärt. Das Kapitel beginnt dann im ersten Teil mit der transnationalen Geschichte der vegetarischen Bewegung, die sich im ausgehenden 19. Jahrhundert von Deutschland und den Vereinigten Staaten kommend auch in der Schweiz ausbreitete und mit Theodor Hahn, Wilhelm Dock und Max Bircher-Benner einflussreiche Vordenker hervorbrachte. Im zweiten Teil des Kapitels wird der Blick auf die Genussmittelkritik und die damit verbundenen Krisendiagnosen gelegt. Neben Fleisch kritisierten lebensreformerische Akteure auch den steigenden Alkohol-, Tabak-, Kaffee- und Zuckerkonsum. Dabei stützten sie sich auf die Argumentationsmuster der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung, die unter der Führung von Auguste Forel und Gustav von Bunge nicht nur sozialdarwinistische Degenerationsängste beförderte, sondern auch eugenische Gesundheitsmassnahmen anregte. Der dritte Teil des Kapitels beschreibt die Entstehung alternativer, als gesund markierter Konsumangebote wie Vollkornprodukte, alkoholfreie Getränke, Biogemüse, Naturkosmetik und Reformkleider, die in vegetarischen Restaurants, Kaffeehallen und Reformhäusern verkauft wurden.

Im dritten Kapitel geht es um die Freizeit als wichtiger Handlungsort lebensreformerischer Praktiken. Weil dabei vor allem jugendliche Akteure eine zentrale Rolle spielten, wird das Kapitel mit einer theoretischen Überlegung zur Konzeption und Geschichte der Jugend eingeleitet. Danach wird die Entstehung der abstinenten Mittel- und Hochschulverbindungen *Helvetia* und *Libertas* dargestellt, die um 1900 eine gesunde Freizeitgestaltung mit Wanderungen, Sport und Zeltlagern erprobten. Sie legten damit den

Grundstein für den *Schweizer Wandervogel*, der im zweiten Teil des Kapitels als erste Jugendbewegung der Schweiz vorgestellt wird. Der dritte Teil des Kapitels folgt den Verbindungslinien zwischen der Jugend- und der Lebensreformbewegung. Es zeigt auf, wie die Alkoholabstinenz vor dem Ersten Weltkrieg durch zusätzliche lebensreformerische Praktiken erweitert wurde, welche Kontakte es zwischen den beiden Bewegungen gab und inwiefern dadurch der Grundstein für die Entstehung einer lebensreformerischen Jugendbewegung gelegt wurde.

Das vierte Kapitel fragt nach der Bedeutung der Erziehung für die Lebensreform. Einleitend wird erklärt, welche Rolle Ratgeberliteratur und Weiterbildungsangebote für die Etablierung lebensreformerischer Praktiken spielten und wie die Lebensreform zur Pädagogisierung des alltäglichen Lebens beitrug. Im ersten Teil geht es zunächst um die Ausbreitung der Reformpädagogik, die eine wichtige Rolle für die weitere Entwicklung der Lebensreformbewegung spielte. So wurden in Landerziehungsheimen die neuartigen Erziehungsmethoden mit jugendbewegten Aktivitäten und lebensreformerischen Gesundheitspraktiken vermischt. Der zweite Teil des Kapitels beschreibt, wie die Lebensreform durch reformpädagogisch orientierte Lehrer und Lehrerinnen an Lehrerseminaren, Weiterbildungskursen und Volkshochschulen weiterverbreitet wurde. Insbesondere das Berner Lehrerseminar in Hofwil trat dabei als Ausgangspunkt neuer Reformbewegungen in Erscheinung. Absolventen wie Werner Zimmermann trugen in der Zwischenkriegszeit massgeblich dazu bei, die Lebensreformbewegung weiterzuentwickeln. Im dritten Teil des Kapitels wird gezeigt, wie Zimmermann eine neuartige, lebensreformerische Jugendbewegung ins Leben rief, die die Freizeitaktivitäten des Wandervogels weiterführte und diese mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken wie Vegetarismus, Naturheilkunde und Körperkultur kombinierte. Der letzte Teil des Kapitels beschreibt, wie sich die Freikörperkultur über diese neuen Organisationsstrukturen in der Schweiz verbreitete.

Das fünfte Kapitel geht der Frage nach, inwiefern die Lebensreform nicht nur als Selbstreform funktionierte, sondern lebensreformerische Akteure auch politische Handlungsstrategien nutzten, um einen sozialen Wandel anzuregen. Im ersten Teil des Kapitels werden die Grundlagen der Freiwirtschaft als wirtschaftspolitische Erweiterung der Lebensreform vorgestellt. Danach folgt eine Darstellung der historischen Entwicklung der Freiwirtschaftsbewegung, die sich aktiv im politischen System der Schweiz betätigte. Dabei wird kritisch hinterfragt, welche Rolle Mitglieder dieser Bewegung im Kontext des sogenannten Frontenfrühlings spielten und welche Kontakte sie mit Nazideutschland

pflegten. Im dritten Teil des Kapitels wird der Fokus auf die Siedlungsbewegung gelenkt, die mit ihren Gartenstädten die praktische Umsetzung lebensreformerischer wie auch freiwirtschaftlicher Konzepte erprobte. Das Kapitel schliesst mit einem kurzen Blick auf die Siedlungsbestrebungen Schweizer Lebensreformer und Lebensreformerinnen im kolonialen Raum.

2. Die Gesundheit pflegen und steigern: Die Naturheilbewegung zwischen Selbstsorge und Biopolitik⁸⁷

Was ist Gesundheit und wer definiert sie?

Das Streben nach Gesundheit gehört zu den grundlegenden Bedürfnissen des Menschen. Gesundheit ist aber nicht einfach nur die Abwesenheit von Krankheit oder die Vermeidung von körperlichem Schmerz und Unwohlsein, sie umfasst auch mentale, religiöse, soziale und politische Dimensionen. Was als „gesund“ oder „krank“ definiert wird, hängt vom jeweiligen soziokulturellen Kontext ab. Diese Vorstellungen werden von gesellschaftlichen Institutionen wie Kirche, Staat und Schule, aber auch durch wissenschaftliche Fachpersonen, Medien und soziale Bewegungen definiert, kontrolliert und internalisiert. Im Verlauf der Geschichte veränderten sich die Kriterien, unter denen jemand als gesund oder krank galt. Durch wissenschaftlich-positivistische Methoden wurden vor allem seit dem 19. Jahrhundert immer mehr Krankheiten systematisch erfasst, beschrieben und anerkannt. Seither nahm die Zahl bekannter Krankheiten immer mehr zu. Medizinische Erkenntnisse entwickeln sich durch neue Verfahren und technische Hilfsmittel laufend weiter, zudem werden sie durch gesundheitspolitische Rahmenbedingungen, finanzielle Limitierungen und gesellschaftliche Trends beeinflusst. Zugleich nimmt aber auch die subjektive Wahrnehmung eine wichtige Rolle ein. Krankheitssymptome werden von Menschen sehr unterschiedlich erlebt. Einige Aspekte der Gesundheit beweisen jedoch eine erstaunliche Konsistenz. Seit der Antike gilt ein langes, schmerzfreies Leben als Indikator für gute Gesundheit. Sowohl der Körper als auch der Geist sollen dabei möglichst leistungsfähig, harmonisch und mobil sein.⁸⁸

87 Die Einleitung zu diesem Kapitel wurde in leicht abgeänderter Form bereits veröffentlicht: Stefan Rindlisbacher, *Der Körper in der Naturheilkunde. Die Geschichte einer ambivalenten Rationalisierung*, in: Cornelia Mügge/Stefan Rindlisbacher (Hg.), *Körper und Rationalität. Historische und ethische Perspektiven auf die Konstruktion und Rationalisierung von Körper und Körperlichkeit*, *theologie.geschichte*, Beiheft 10 (2020), S. 49–76.

88 Siehe zur Historizität von Gesundheits- und Krankheitsvorstellungen: Tanner, *Körpererfahrung, Schmerz und die Konstruktion des Kulturellen*, S. 489–502; Alfons Labisch, *Homo Hygienicus. Gesundheit und Medizin in der Neuzeit*, Frankfurt a. M./New York 1992, S. 7–41; Klaus Bergdolt, *Leib und Seele. Eine Kulturgeschichte des*

Gesundheit ist aber nicht nur ein soziokulturelles Konstrukt, das über den tatsächlichen, biologischen Menschen gestülpt wird, vielmehr können Gesundheitsdiskurse den „gesunden Menschen“ auch hervorbringen: Sie haben einen praktischen Einfluss auf das Verhalten des Menschen, sie formen dessen Körper und verändern seine psychische Verfasstheit. Eine wichtige Voraussetzung für diese Wirkungsmacht ist das Verständnis, dass Gesundheit durch die richtigen Verhaltensweisen nicht nur zu erreichen, sondern auch zu erhalten und sogar zu verbessern sei. Gesundheit erscheint dadurch als herstellbar.⁸⁹

Verwissenschaftlichung, Professionalisierung und Medikalisierung: Von der antiken Humoralpathologie zur wissenschaftlichen Medizin

Seit der Antike wurde viel Wert auf die Regulierung der Lebensführung gelegt, um Krankheiten zu heilen oder ihnen vorzubeugen. Diese sogenannte Diätetik zog sich durch die gesamte abendländische Medizingeschichte und brachte immer neue Konzepte und Praktiken hervor. Zu den bekanntesten und oft rezipierten Vertretern der Diätetik gehörte der aus Pergamon stammende und in Rom wirkende Arzt Galen (129–199). Seine Schriften wie die sechsbändige *Hygieina* prägten nicht nur die europäische Medizin, sondern breiteten sich auch im arabischen und persischen Raum aus. Er stützte sich auf die im antiken Griechenland entwickelte Humoralpathologie, die Krankheiten auf ein Ungleichgewicht der Körpersäfte (Gelbe Galle, Schwarze Galle, Blut und Schleim) zurückführte. In Anlehnung an den griechischen Arzt Hippokrates (460–370 v. Chr.) definierte Galen „sechs nicht natürliche Dinge“ (*sex res non naturales*), auf die der Mensch zu achten habe, um die Balance in seinem Körper aufrechtzuerhalten oder wiederherzustellen. Dazu gehöre die Qualität der umgebenden Luft und die Lichtverhältnisse, die richtige Ernährung, der rhythmische Wechsel von Bewegung und Ruhe ebenso wie abwechselnde

gesunden Lebens, München 1999, S. 11–16; Daniel Schäfer et al. (Hg.), Gesundheitskonzepte im Wandel. Geschichte, Ethik und Gesellschaft, Stuttgart 2008; Dietrich Grönemeyer et al. (Hg.), Gesundheit im Spiegel der Disziplinen, Epochen, Kulturen, Tübingen 2008; Christoph Klotter, Einleitung, Vignetten zum Wandel der Gesundheits- und Krankheitsvorstellungen, in: Elmar Brähler et al. (Hg.), Wandel der Gesundheits- und Krankheitsvorstellungen, Lengerich 2018, S. 9–31.

89 Vgl. Philipp Sarasin, Reizbare Maschinen. Eine Geschichte des Körpers 1765–1914, Frankfurt a. M. 2001, S. 18 f.; Detlef Briesen, Das gesunde Leben. Ernährung und Gesundheit seit dem 18. Jahrhundert, Frankfurt a. M. 2010, S. 17–35.

Wach- und Schlafphasen, regulierte Körperausscheidungen sowie ein ausgeglichenes Gemüt. Der Gesundheitszustand werde zwar auch durch das Alter, die natürliche Konstitution, das Klima, kosmologische Konstellationen und soziale Faktoren wie die gesellschaftliche Stellung und den Beruf beeinflusst, der Einzelne trage aber durch seine alltäglichen Handlungsweisen und den Umgang mit dem eigenen Körper die Hauptverantwortung für seine Gesundheit. Zwar verwendete Galen einige Arzneimittel, um die richtige Mischung der Säfte zu fördern und Ausscheidungen anzuregen, ansonsten setzte er aber weitgehend auf arzneilose Behandlungsmethoden. So verordnete er seinen Patienten Leibesübungen und Spaziergänge im Freien, Aufenthalte am Meer und in den Bergen oder bestimmte Ernährungsvorschriften.⁹⁰

Trotz der breiten Rezeption in medizinischen und philosophischen Kreisen blieb Galen mit seinem Gesundheitskonzept, das sowohl klimatische Einflüsse als auch soziale Bedingungen und individuelle Handlungsweisen einbezog, bis zum Ende des 18. Jahrhunderts nur einer kleinen, aristokratischen Oberschicht vorbehalten. Erst mit dem Aufstieg des Bürgertums im 17. und 18. Jahrhundert begann sich „diese Art bewusster Regulation der eigenen Lebensbedingungen und Verhaltensweisen“ in breiteren Gesellschaftsschichten zu etablieren.⁹¹ Zugleich lösten sich die diätetischen Vorschriften in der Zeit der Aufklärung von magisch-religiösen Deutungen, die vor allem im Mittelalter die antiken Gesundheitskonzepte überformten. Stattdessen wurde die diätetische Lebensweise nun mit dem bürgerlichen Ideal des autonomen Subjekts verknüpft, das selbstverantwortlich seinen Körper reguliert und dabei weder von höheren Mächten, noch von medizinischen, religiösen oder staatlichen Autoritäten in seiner Entscheidungsfreiheit eingeschränkt wird. Aus dieser neuen Perspektive unterlag der Körper nicht nur der Selbstkontrolle des Einzelnen, sondern er war auch persönliches Eigentum des Bürgers und der Bürgerin. Damit galt die Gesundheit aber nicht nur als Bürgerrecht, sondern auch als Bürgerpflicht.⁹²

Mit dem Wissen über die Herstellbarkeit des gesunden Körpers stieg gerade beim gebildeten Bürgertum der Druck, diese Erkenntnisse auch im Alltag umzusetzen und beispielhaft vorzuleben.⁹³ Wie der Historiker Philipp Sarasin schreibt, entwickelte sich im 19. Jahrhundert in den gebildeten, bürgerlichen Schichten eine regelrechte „Kultur des Wissens“ über die Funktionsweisen und

90 Vgl. Bergdolt, Leib und Seele, S. 103–109.

91 Sarasin, Reizbare Maschinen, S. 37 ff., zitiert S. 38.

92 Vgl. ebd., S. 73–77.

93 Vgl. Labisch, Homo Hygienicus, S. 105–111.

Regulierung des menschlichen Körpers. Immer mehr Zeitschriften und Bücher popularisierten die neuen Erkenntnisse der Wissenschaft.⁹⁴ Obwohl diese Publikationen oft von Laien verfasst und herausgegeben wurden, beriefen sie sich auf die „Wissenschaftlichkeit“ der Ursprungstexte, um die Glaubwürdigkeit der eigenen Texte zu betonen. Die in einfacher Sprache wiedergegebenen Forschungsergebnisse waren zwar auf ihre Kernaussagen reduziert, sollten aber trotzdem die entscheidenden Erkenntnisse – die vermeintliche „Wahrheit“ über den Menschen und die Natur – vermitteln.⁹⁵

Das naturwissenschaftliche Wissen erlangte seit dem 19. Jahrhundert eine enorme Autorität. Nicht mehr der Verweis auf Gott verlieh einem Argument an Überzeugungskraft, sondern dessen Gesetzmässigkeit in der Naturordnung. Das sogenannte Naturgesetz entwickelte sich zum Signalwort neuer, naturwissenschaftlich dominierter Ordnungsvorstellungen. Exakte Methoden der Beobachtung, systematische Experimente und vergleichende Untersuchungen setzten sich in der Folge auch in der Medizin durch.⁹⁶ Naturwissenschaftliche Disziplinen wie die Physiologie, Anatomie oder Ernährungswissenschaft erzeugten in rasantem Tempo neues Körperwissen und veränderten die medizinischen Behandlungsmethoden. Sie legitimierten den Aufstieg der Ärzte zu gesellschaftlich anerkannten Autoritätspersonen.⁹⁷

Noch um 1800 kümmerten sich erst wenige Ärzte um eine kleine Oberschicht, während der grösste Teil der Bevölkerung gar keine Behandlung erhielt oder sich medizinischen Laien ohne akademische Ausbildung anvertraute. Vor allem die ländliche Bevölkerung suchte Ärzte nur in dringenden Notfällen auf. Nicht nur die hohen Kosten und die langen Wege in die Städte schreckten diese Menschen ab, auch waren die Erfolgsaussichten ärztlicher Behandlungen damals kaum besser als jene bei geübten Laien wie Badern, Scherern und Hebammen. Einige Therapien, wie der bis weit ins 19. Jahrhundert hinein

94 Vgl. Sarasin, *Reizbare Maschinen*, S. 118–136, zitiert S. 118.

95 Vgl. ebd., S. 136–140.

96 Vgl. ebd., S. 145 f.; siehe zur Verwissenschaftlichung der Gesundheitspflege auch: Beatrix Mesmer, *Gesundheit ist das höchste Gut*, in: Dies. (Hg.), *Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900*, Zürich 1997, S. 87–132.

97 Siehe dazu u. a.: Philipp Sarasin/Jakob Tanner (Hg.), *Physiologie und industrielle Gesellschaft. Studien zur Verwissenschaftlichung des Körpers im 19. und 20. Jahrhundert*, Frankfurt a. M. 1998.

praktizierte Aderlass, konnten den Gesundheitszustand sogar verschlechtern.⁹⁸ Erst ab der Jahrhundertmitte konnten die Ärzte durch die anhaltende Professionalisierung der Ausbildung, die Erprobung neuer Behandlungsmethoden und das wachsende Wissen über den Körper die Qualität ihrer Behandlungen steigern. Mit den Erkenntnissen der Bakteriologie begannen Ärzte steril zu arbeiten, um Infektionen zu vermeiden. Neue Diagnosemethoden wie Blut- und Urinuntersuchungen erlaubten zielgenaue Behandlungsmethoden. Zugleich gewährten anatomische Studien, mikroskopische Verfahren und später auch Röntgenstrahlen immer tiefere und genauere Einblicke in die verborgenen Vorgänge des menschlichen Körpers. Damit begann sich die akademische Medizin zunehmend von der Humoralpathologie mit ihren holistischen Ansätzen abzuwenden und sich stattdessen auf einzelne Organe, Zellen und Krankheitserreger zu fokussieren. Die massgeblich von Rudolf Virchow (1821–1902) geprägte Zellulärpathologie betrachtete eine Krankheit nicht mehr als Ungleichgewicht des Körpers, sondern versuchte sie in den Körperzellen zu lokalisieren und mit einem passenden Mittel zu behandeln oder aus dem Körper zu entfernen.⁹⁹ Der neue „ärztliche Blick“ auf den menschlichen Körper basierte auf systematischer Beobachtung und Vergleichbarkeit. Mithilfe von experimentellen Versuchen wurden Krankheiten identifiziert und klassifiziert.¹⁰⁰

Seit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts versuchten naturwissenschaftlich arbeitende Ärzte, sich von Laienheilern abzugrenzen und deren Methoden wegen fehlender empirischer Grundlagen als „Kurfuscherei“ zu diskreditieren.¹⁰¹ Um sich das Behandlungsmonopol zu sichern, erwirkten auch Ärzte in den meisten Schweizer Kantonen eine Beschränkung der Gewerbefreiheit für Medizinalberufe. So durften beispielsweise im Kanton Zürich seit 1854 nur noch

98 Vgl. Claudia Huerkamp, *Der Aufstieg der Ärzte im 19. Jahrhundert. Vom gelehrten Stand zum professionellen Experten: Das Beispiel Preußens*, Göttingen 1985, S. 34–45 u. 132–137.

99 Vgl. Robert Jütte, *Geschichte der Alternativen Medizin. Von der Volksmedizin zu den unkonventionellen Therapien von heute*, München 1996, S. 27 ff.

100 Siehe dazu: Michel Foucault, *Die Geburt der Klinik. Eine Archäologie des ärztlichen Blicks*, München 1973. Der Philosoph Ivan Illich kritisiert, dass immer mehr Körperfunktionen und Verhaltensweisen unter den prüfenden Blick der Ärzte gerieten und dadurch als „gesund“ und „krank“ kategorisiert wurden. Die Folge sei eine rasante Zunahme medizinischer Behandlungen: Ivan Illich, *Die Nemesis der Medizin. Die Kritik der Medikalisierung des Lebens*, München 52007.

101 Siehe zur Begriffsgeschichte der „Kurfuscherei“: Jütte, *Geschichte der Alternativen Medizin*, S. 18–23.

akademisch ausgebildete Ärzte, Tierärzte, Apotheker und Hebammen Patienten und Patientinnen behandeln. Auf nationalstaatlicher Ebene folgte mit der Einführung des Konkordatsdiploms (1867) bzw. des Staatsexamens (1877) ein weiterer Schritt, um den Ärzteberuf weiter zu akademisieren. Um 1900 hatte sich die Ärzteschaft in der Schweiz wie auch in vielen anderen vergleichbaren Ländern als dominierende Berufsgruppe für medizinische Behandlungen etabliert.¹⁰² Die Verwissenschaftlichung der Medizin, die Professionalisierung des Arztberufs und die Durchdringung der Gesellschaft mit Gesundheitswissen werden in der Medizingeschichte oft unter dem Begriff der Medikalisierung beschrieben.¹⁰³

Ein holistischer Behandlungsansatz in der Moderne: Die Grundlagen der Naturheilkunde

Parallel zum Aufstieg der Ärzteschaft und der wissenschaftlichen Medizin entfaltete sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts die Naturheilbewegung. Die beiden Strömungen führten über Jahrzehnte hinweg Auseinandersetzungen über die medizinische Deutungshoheit, Behandlungsmethoden und Gesundheitspraktiken. Die Anhänger der Naturheilkunde definierten Krankheiten weiterhin in der Tradition der Humoralpathologie als Ungleichgewicht im menschlichen Körper. Im Unterschied zur naturwissenschaftlichen Medizin führten sie einen holistischen Ansatz weiter, der Körper, Geist und Seele in die Behandlung miteinbezog. Nicht einzelne Zellen, Organe oder Körperteile sollten behandelt werden, sondern der ganze Mensch mit all seinen Körperfunktionen, Gemütslagen und alltäglichen Aktivitäten. Gerade weil sich die Zellularpathologie immer weiter etablierte, entwickelte sich dieser „ganzheitliche“ Ansatz zu einem oft postulierten Alleinstellungsmerkmal der Naturheilkunde.¹⁰⁴ Der

102 Vgl. Martin Lengwiler/Verena Rothenbühler, *Macht und Ohnmacht der Ärzteschaft. Geschichte des Zürcher Ärzteverbands im 20. Jahrhundert*, Zürich 2004, S. 9–18.

103 Vgl. Wolfgang Uwe Eckart/Robert Jütte, *Medizingeschichte. Eine Einführung*, Köln ²2014, S. 347–354; siehe zum historischen Prozess der Medikalisierung u. a.: Ute Frevert, *Krankheit als politisches Problem 1770–1880. Soziale Unterschichten in Preußen zwischen medizinischer Polizei und staatlicher Sozialversicherung*, Göttingen 1984; Francisca Loetz, *Vom Kranken zum Patienten. „Medikalisierung“ und medizinische Vergesellschaftung am Beispiel Badens, 1750–1850*, Stuttgart 1993.

104 Siehe zur Vorstellungswelt der Naturheilkunde u. a. Wolfgang R. Krabbe, *Naturheilbewegung*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 77–85; Martin Dinges,

Körper erscheint darin nicht nur als Arbeitsfeld, auf dem die Krankheiten diagnostiziert, lokalisiert und behandelt werden, sondern wird selbst aktiv in die Behandlung miteinbezogen: Nicht der Körper wird geheilt, sondern der Körper heilt sich selbst. Wie es schon Galen vorschrieb, hat der Arzt möglichst nicht in diesen Heilungsprozess einzugreifen, sondern ihn nur durch geeignete Massnahmen zu unterstützen. Es galt, die sogenannten Selbstheilungskräfte, den oft beschworenen inneren Arzt zu aktivieren.¹⁰⁵

Der Begriff „Naturheilkunde“ geht auf den Münchner Arzt Lorenz Gleich (1798–1865) zurück. In Anlehnung an die antike Diätetik beschränkte er das Repertoire naturheilkundlicher Behandlungsmethoden auf „natürliche“ Heilfaktoren wie Licht, Luft und Wasser, Diäten, Bewegung und Entspannung. Sie sollten Körperfunktionen wie die Verdauung, Atmung und den Stoffwechsel anregen und die Selbstheilung des Körpers in Gang setzen. Im engeren Sinne zählten deshalb Homöopathie und Pflanzenheilkunde nicht zur Naturheilkunde, weil diese Behandlungsmethoden durch verabreichte Arzneimittel aktiv in den Körper eingreifen, indem sie beispielsweise Fieber senken oder Erbrechen hervorrufen.¹⁰⁶ Erst im Verlauf des 20. Jahrhunderts und vor allem

Einleitung: Medizinkritische Bewegungen zwischen „Lebenswelt“ und „Wissenschaft“, in: Ders. (Hg.), *Medizinkritische Bewegungen im Deutschen Reich*. (ca. 1870–1933), Stuttgart 1996, S. 7–38; siehe zu holistischen Natur- und Gesundheitsvorstellungen u. a. auch: Karen Gloy, *Das Verständnis der Natur. Die Geschichte des ganzheitlichen Denkens*, München 1996; Anne Harrington, *Die Suche nach Ganzheit. Die Geschichte biologisch-psychologischer Ganzheitslehren: vom Kaiserreich bis zur New-Age-Bewegung*, Reinbek bei Hamburg 2002.

- 105 Die Idee des „inneren Arztes“ geht auf Paracelsus (ca. 1493–1541) zurück. Obwohl der schweizerisch-österreichische Arzt und Philosoph zum Teil hochgiftige Arzneimittel wie Arsen verabreichte, galt er wegen seiner holistischen Ansätze in naturheilkundlichen Kreisen des 19. Jahrhunderts als Vorbild. Siehe zu Paracelsus u. a.: Labisch, *Homo Hygienicus*, S. 46 f.
- 106 Vgl. Regin, *Selbsthilfe und Gesundheitspolitik*, S. 27 ff. Der deutsche Arzt Samuel Hahnemann (1755–1843) entwickelte die Homöopathie Anfang des 19. Jahrhunderts. Diese Behandlungsmethode folgt dem sogenannten Ähnlichkeitsprinzip: Beispielsweise wird gegen Übelkeit ein stark verdünnter Wirkstoff verschrieben, der in hoher Konzentration bei Gesunden ebenfalls Übelkeit hervorruft. Siehe zur Geschichte der Homöopathie u. a.: Martin Dinges, *Homöopathie. Patienten, Heilkundige, Institutionen: von den Anfängen bis heute*, Heidelberg 1996. Weil die Homöopathie und andere alternativmedizinische Methoden im Untersuchungszeitraum innerhalb der Schweizer Lebensreformbewegung keine wichtige Rolle spielten, werden sie im Folgenden nur am Rande erwähnt. Der Fokus liegt auf den arzneilosen Anwendungen der Naturheilkunde.

nach 1950 wurden diese und andere alternativmedizinische Verfahren wie die anthroposophische Medizin, Neuraltherapie oder die traditionelle chinesische Medizin mit dem Begriff der Naturheilkunde gleichgesetzt.¹⁰⁷

Vor allem die Homöopathen grenzten sich immer wieder scharf gegen die naturwissenschaftliche Medizin ab, indem sie diese abwertend als „Allopathie“ oder „Schulmedizin“ bezeichneten. Mit diesen „Kampfbegriffen“ suggerierten sie eine methodische Engstirnigkeit und Unfreiheit der akademisch ausgebildeten Ärzte.¹⁰⁸ Im ausgehenden 19. Jahrhundert versuchten sich auch Anhänger der Naturheilkunde gegenüber dem wachsenden Einfluss der Ärzteschaft zu positionieren. Vor allem die Impffrage entwickelte sich zu einem kontroversen Dauerbrenner im Kampf um die medizinische Deutungshoheit. Es wäre aber zu kurz gedacht, die Naturheilkunde in fundamentaler Opposition zur sogenannten Schulmedizin zu verorten. Vielmehr zeigte sich ein komplexer Aushandlungsprozess um Deutungen, Meinungen und Praktiken, der manchmal in schrille Anfeindungen mündete, oft aber auch einen Wissenstransfer anregte. Gerade naturheilkundliche Behandlungen wie Wassertherapien, Sonnenbäder oder Diäten etablierten sich schnell als komplementäre Anwendungen in der evidenzbasierten Medizin. Mit ihren Ernährungsempfehlungen, Abstinenzvorschriften und Körperübungen beeinflusste die Naturheilkunde vor allem auch die aufkommende Präventivmedizin. Zugleich versuchten naturheilkundliche Akteure ihre Behandlungsmethoden mit Naturgesetzen zu erklären und mit wissenschaftlichen Erkenntnissen zu belegen, um dadurch an Glaubwürdigkeit zu gewinnen.¹⁰⁹

Aufbau des Kapitels

Dieses Kapitel folgt den Entwicklungen der Schweizer Naturheilbewegung von den ersten Behandlungen, zur Entstehung der Naturheilanstalten, bis zur Entfaltung einer mitgliederstarken Organisation. Im ersten Teil werden drei wichtige Naturheilmethoden und deren Ausbreitung in der Schweiz vorgestellt: die Wasserbehandlungen, das Licht-, Luft- und Sonnenbad sowie die Diäten. Mit ihren Publikationen und Behandlungsangeboten prägten Akteure wie Arnold

107 Siehe dazu: Locher, *Natürlich, nackt, gesund*, S. 143 f.

108 Die einstigen Schmähbegriffe verloren bald ihre negative Wertung und etablierten sich als neutrale Bezeichnungen für die naturwissenschaftliche Richtung der Medizin: vgl. Jütte, *Geschichte der Alternativen Medizin*, S. 32–36.

109 Siehe dazu u. a.: Wolff, *Moderne Diätetik als präventive Selbsttechnologie*, S. 169–201.

Rikli und Theodor Hahn die Entwicklung dieser Behandlungsmethoden weit über die Schweizer Grenzen hinaus. Ein kritischer Blick wird auch auf die aufkommende Kontroverse über das Impfen geworfen. Im Fokus des zweiten Teils des Kapitels stehen die Naturheilanstalten. Mit ihren Kurangeboten verstärkten Naturheilärzte das Bild der Schweiz als Gesundheitsparadies. Ob am Zürichsee, in den Appenzeller Alpen oder auf dem Monte Verità in Ascona, um 1900 schossen überall in der Schweiz Sanatorien aus dem Boden, die mit vegetarischen Diäten, Wassertherapien und Entspannungsangeboten den Gesundheitstourismus in der Schweiz förderten. Der dritte Teil des Kapitels untersucht, wie die Naturheilbewegung nach 1900 Forderungen der Hygienebewegung adaptierte, mit Vorträgen, Kursen und Ratgeberliteratur an die öffentliche Gesundheit appellierte und eigene Angebote zur Gesundheitspflege wie Sonnenbäder, Schrebergärten und Volkssanatorien aufbaute. Indem sie mit ihren Aktivitäten nicht mehr nur das individuelle Wohlbefinden ihrer Patienten und Patientinnen förderte, sondern die Gesundheit der ganzen Bevölkerung in den Blick nahm, agierte die Naturheilbewegung im 20. Jahrhundert zunehmend als biopolitischer Akteur.

2.1 Wasser, Sonne und Diäten: Die Entstehung der Naturheilkunde

Vom heiligen Quellwasser zur profanen Kaltwasseranwendung: Die Anfänge der Naturheilkunde

Die Naturheilbewegung beginnt im frühen 19. Jahrhundert mit der Wiederentdeckung und Weiterentwicklung verschiedener Wasseranwendungen als medizinische Behandlungs- und Präventionsmethoden. Schon Hippokrates und Galen verschrieben Warm- und Kaltwasserbäder gegen Nierenleiden, Gelbsucht und Fieber. Dem natürlich vorkommenden, warmen Quellwasser schrieben sie eine reinigende Wirkung zu. Unter diesen Vorzeichen entfaltete sich vor allem im Römischen Reich eine umfassende Badekultur, die sich in der Zeit der Renaissance erneuerte. In Europa stieg ab dem 12. Jahrhundert die Anzahl sogenannter Badestuben in Städten und grösseren Dörfern stark an. Auch in der Schweiz erlangten zahlreiche Kurbäder wie Pfäfers, Baden oder Gurnigel grosse Bekanntheit und zogen wohlhabende Pilger und Gesundheitstouristinnen aus ganz Europa an.¹¹⁰ Nicht nur Adlige und Kaufleute, sondern

110 Vgl. Pius Kaufmann, Gesellschaft im Bad. Die Entwicklung der Badefahrten und der „Naturbäder“ im Gebiet der Schweiz und im angrenzenden südwestdeutschen Raum (1300–1610), Zürich 2009, S. 76–91.



Abbildung 1: Der Körper oder verschiedene Körperpartien werden mit Wasser übergossen oder in Wasserbecken eingetaucht. (1889)

auch Handwerker leisteten sich im Spätmittelalter regelmässig Aufenthalte in Wasserkurorten. Besonders beliebt waren mineralhaltige Quellen, weil diesen eine „entgiftende“ Wirkung zugeschrieben wurde.¹¹¹ Obwohl einige Ärzte wie Paracelsus (ca. 1493–1541) die Heilwirkung verschiedener Kurbäder systematisch erforschten, vertrauten die meisten Patienten und Patientinnen nicht nur auf die ärztliche Expertise. Weil in der spätmittelalterlichen Gesundheitsvorstellung Krankheiten und Heilerfolge als göttliche Zeichen interpretiert wurden, glaubten viele Kurgäste auch an eine magische Wirkung sakraler Quellen und religiöser Rituale.¹¹² Darum galt das Quellwasser an religiösen Feiertagen als besonders wirkungsvoll.¹¹³

Um 1500 gehörten Badestuben und Kurbäder neben Kirchen und Marktplätzen zu den wichtigsten Orten der Geselligkeit. Mit dem Wandel der religiösen Moralvorstellungen in der Zeit der Reformation, aber vor allem wegen der Verheerungen des Dreissigjährigen Krieges und der Pestepidemien im 16. und

111 Vgl. Hans Peter Treichler, *Der Alltag tritt in den Ausstand. Die Badenfahrt*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 88 ff.

112 Vgl. Kaufmann, *Gesellschaft im Bad*, S. 55 ff.

113 Vgl. Treichler, *Der Alltag tritt in den Ausstand*, S. 87.

17. Jahrhundert wurden diese Badeeinrichtungen wieder zurückgedrängt. Um 1800 waren sie fast vollständig aus dem Alltag der Menschen verschwunden.¹¹⁴ Erst mit der aufkommenden Naturheilkunde erlebten Wasserbehandlungen im frühen 19. Jahrhundert wieder einen neuen Aufschwung. Medizinische Laien wie Vincenz Prießnitz (1799–1851), J. H. Rausse (eigentlich Heinrich Friedrich Francke, 1805–1848) und Sebastian Kneipp (1821–1897) erweiterten die alte Badekultur mit neuen Praktiken wie Abwaschungen, Aufgüssen, Einläufen, Trinkkuren und feuchten Wickeln. Diese Anwendungen beschränkten sich aber nicht mehr auf lokal vorkommende Mineralquellen und Naturbäder, sondern konnten überall praktiziert werden, wo es sauberes Wasser gab. Eine Badewanne mit frischem, klarem Wasser oder ein kleines Fließgewässer reichte dafür aus.¹¹⁵

Für den Heilerfolg war nicht mehr die göttliche Gnade verantwortlich, sondern eine erfahrungsbasierte Behandlungsmethode. Anstelle der magisch-religiösen Deutungen trat die schon durch Paracelsus hervorgebrachte „Entgiftung“ des Körpers. Naturheilkundler wie J. H. Rausse bezeichneten diese Reinigung des Körpers auch als „Entschlackung“. Durch den Verzehr schädlicher Nahrungsmittel wie Alkohol, Kaffee, Tee, Salz und scharfe Gewürze würden sich Giftstoffe in den inneren Organen ansammeln, die der Körper durch Wasseranwendungen wie Trinkkuren, Schwitzbäder und Abwaschungen ausscheiden könne. Der gereinigte Körper nehme dadurch seine normalen Stoffwechselfunktionen wieder auf und kehre in einen idealen Gleichgewichtszustand zurück.¹¹⁶

Diese Gesundheitsvorstellungen und Behandlungsmethoden popularisierten die ersten naturheilkundlichen Laien in zahlreichen Publikationen. Gleichzeitig erprobten sie ihre Anwendungen in Wasserheilanstalten, die sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts neben den traditionellen Kurbädern etablierten. Vincenz Prießnitz eröffnete 1826 in Gräfenberg bei Jesenik im heutigen Tschechien eine erste Kuranstalt für Wasserbehandlungen. Die Patienten wurden frühmorgens für eine zweistündige Schwitzkur in Woldecken eingewickelt. Vor dem Frühstück erfolgte ein erstes, kaltes Vollbad. Danach machten sich die

114 Siehe zur Geschichte der Badekultur u. a.: Oliver König, *Nacktheit. Soziale Normierung und Moral*, Opladen 1990, S. 75–99.

115 Josef Hlade, *Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche. Wasserdoktoren, Vegetarier und das kulturelle Leben im 19. Jahrhundert: von der Naturheilkunde zur Lebensreform*, Stuttgart 2015, S. 48–52.

116 Karl Eduard Roths Schuh, *Naturheilbewegung, Reformbewegung, Alternativbewegung*, Stuttgart 1983, S. 20–24.

Kurgäste auf den Weg in den Wald, um sich unter improvisierten Duschen mit Wasser aus Bergbächen abzuwaschen. Je nach Behandlungsplan folgten nach dem Mittagessen weitere Bäder und Abwaschungen oder Umschläge und Einläufe. Zudem nahmen die Kurgäste den ganzen Tag über grosse Mengen kaltes Wasser zu sich. In ihrer Blütezeit in den späten 1830er Jahren beherbergte Prießnitz' Wasserheilanstalt bis zu 1'700 Gäste pro Saison.¹¹⁷

Obwohl Prießnitz mehrfach wegen Kurpfuscherei angeklagt wurde, stiessen die Wasserbehandlungen auch in der akademisch ausgebildeten Ärzteschaft auf grosses Interesse. Zahlreiche Ärzte besuchten die Wasserheilanstalt in Gräfenberg und eröffneten daraufhin eigene Kuranstalten. Bis 1840 gab es im deutschsprachigen Raum bereits Dutzende und bis 1900 über 100 Wasserheilanstalten, die mehrheitlich von akademisch ausgebildeten Ärzten geleitet wurden. Dort wurden die Wasserkuren nach wissenschaftlichen Methoden erforscht und systematisiert. Dadurch etablierten sich Wasserbehandlungen unter dem Fachbegriff „Balneologie“ bereits im 19. Jahrhundert als akademische Disziplin.¹¹⁸

Durch akademisch ausgebildete Ärzte breitete sich die Wassertherapie ab den späten 1830er Jahren auch in anderen europäischen Ländern und den Vereinigten Staaten aus. In der Nähe von Paris gab es ab 1841 mehrere Wasserheilanstalten, die sich an Prießnitz orientierten.¹¹⁹ Die englischen Ärzte James Wilson (1807–1867) und James Manby Gully (1808–1883) eröffneten 1842 das *Graefenberg House* im traditionellen Wasserkurort Malvern in Zentralengland, zu dessen Besuchern unter anderem Charles Darwin und Charles Dickens zählten.¹²⁰ Im Jahr darauf gab es in New York die erste amerikanische Wasserheilanstalt. Mit dem *Water-Cure Journal* begann 1845 eine erste Zeitschrift die Wasserheilkunde in Amerika zu vernetzen. 1850 folgte dann der Zusammenschluss in der *American Hygienic and Hydropathic Association*. Bis zum Ende des 19. Jahrhunderts gab es in den Vereinigten Staaten über zweihundert weitere wasserheilkundliche Einrichtungen.¹²¹

117 Vgl. Uwe Heyll, *Wasser, Fasten, Luft und Licht. Die Geschichte der Naturheilkunde in Deutschland*, Frankfurt a. M. 2006, S. 13–28.

118 Siehe für eine ausführliche Darstellung der Geschichte der Wasserheilanstalten: Hubertus Averbek, *Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie. Betrachtungen zu Personen und zur Zeit der wichtigsten Entwicklungen im 19. Jahrhundert*, Bremen 2012.

119 Vgl. Arnaud Baubérot, *Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature*, Rennes 2004, S. 67 f.

120 Vgl. Averbek, *Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie*, S. 380.

121 Vgl. Whorton, *Nature Cures*, S. 81 f u. 89. Siehe zur Naturheilbewegung in den Vereinigten Staaten auch: Susan E. Cayleff, *Nature's Path. A History of Naturopathic Healing in America*, Baltimore 2016.

In der Schweiz gründete 1839 der Winterthurer Arzt Wilhelm Brunner (1805–1885) in Albisbrunn im Kanton Zürich eine erste Wasserheilanstalt, die sich auf die neuen Behandlungsmethoden spezialisierte.¹²² In seiner Abhandlung *Heilquellen und Kurorte der Schweiz* verwies der Medizinhistoriker Conrad Meyer-Ahrens (1813–1872) schon 1860 auf den „sehr weit verbreiteten Ruf“, den sich die Zürcher Wasserheilanstalt erworben habe. Das Kurprogramm der „sehr gut eingerichtet[en]“ Anstalt umfasste „verschiedene[...] Arten von Bädern, wie Sturzbäder, Douchen, Regenbäder, Halbbäder, Sitzbäder u.s.f.“. Zudem bot sie touristische Ausflugsmöglichkeiten in die naheliegenden Alpen.¹²³ Zu den bekanntesten Gästen in Albisbrunn zählte unter anderem der deutsche Komponist Richard Wagner, der in einem fünfwöchigen Kuraufenthalt im Herbst 1851 seinen Opernzyklus *Ring des Nibelungen* vollendet haben soll. Wagner war ein begeisterter Anhänger der Naturheilkunde und ging zeitlebens zur Kur, um chronische Leiden zu behandeln. In seinen Werken spiegelten sich die naturheilkundlichen Natur- und Gesundheitsvorstellungen wider. So erscheint nicht nur im *Ring des Nibelungen* das Wasser als Symbol der Reinigung und Rückkehr zu einem idealisierten Naturzustand, sondern auch in anderen Werken wie *Parsifal*.¹²⁴

In Licht und Luft baden: Die Entkleidung des menschlichen Körpers

Das Repertoire naturheilkundlicher Behandlungsmethoden weitete sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts immer weiter aus. In seinem Hauptwerk *Wasser tut's freilich* widmete Rausse schon 1839 den „Luftbäder[n]“ ein eigenes Kapitel. Seine Überlegungen eröffnete er mit einem Hinweis auf den britischen Arzt und Physiologen John Abernethy (1764–1831)¹²⁵, der schon „im vorigen Jahrhundert [...] über die Wirkung der Luft auf den nackten Körper mancherlei Versuche

122 Vgl. Felix Graf, „Wasser tut's freilich...“. Hydrotherapie im Wasserschloss Europas, in: Felix Graf/Eberhard Wolf (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 100.

123 Conrad Meyer-Ahrens, *Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz*. In historischer, topographischer, chemischer und therapeutischer Beziehung geschildert, Bd. 1, Zürich 1860, S. 400 ff.

124 Vgl. Hlade, *Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche*, S. 195–202.

125 John Abernethy wurde 1814 zum Anatomieprofessor am *Royal College of Surgeon* in London ernannt. Dort veröffentlichte er zahlreiche populärwissenschaftliche Werke, darunter auch einige Arbeiten mit präventiven und naturheilkundlichen Ansätzen. Siehe dazu u. a.: John Abernethy, *The Abernethian Code of Health & Longevity, or, Every One's Health in His Own Keeping*, New York 1831; Abernethys vitalistische Überlegungen zur „Lebenskraft“ im menschlichen Körper dienten unter anderem der Schriftstellerin Mary Shelley (1797–1851) als Inspirationsquelle

angestellt“ habe.¹²⁶ Wie bei den Behandlungen mit Wasser sollte auch beim Luftbad der menschliche Körper durch einen äusseren Reiz zur „Selbstheilung“ aktiviert werden. Die frische Luft helfe dabei, den Stoffwechsel anzuregen und „Krankheitsstoffe“ über die Haut auszuscheiden. Wegen der vorherrschenden Kleidermode, die den Körper vor Licht und Luft abschirme, habe die Haut vieler Menschen diese wichtige Stoffwechselfunktion verloren. Daraus resultiere nicht nur eine voranschreitende Vergiftung, sondern auch eine allgemeine „Verweichlichung“ des Körpers. Nur durch den direkten Luftkontakt könne die Haut ihre entgiftende Tätigkeit wieder aufnehmen und den Körper regenerieren.¹²⁷

Um die Licht- und Luftbehandlungen korrekt durchzuführen, mussten sich die Menschen so weit wie möglich entkleiden. Das führte zu neuen Auseinandersetzungen, mit denen sich die Naturheilkundler konfrontiert sahen. So schreibt Rausse in *Wasser thut's freilich*, dass die „Policei die paradiesische Toilette“ – die Nacktheit – im öffentlichen Raum verbiete, weshalb das Luftbad nur als „Kurmittel“ im privaten Rahmen geeignet sei. Selbst Wasserheilanstalten hätten Schwierigkeiten, ihren Kurgästen ein „sittsames Luftbadelocal“ zu bieten. Dazu sei eine „Luftbadewanne von zureichender Größe und Heimlichkeit“ notwendig. Ein Luftbad könne man aber auch „in leichter Kleidung von dünnsstem Linnen nehmen“, das nur gerade dicht genug sei, um „die Nacktheit zu verbergen.“ Wer nicht im Freien luftbaden wolle, könne auch vor dem „Schlafengehen nackt im Zimmer promenier[en]“.¹²⁸ Die sittlichen Bedenken gegen die Nacktheit sollten in der Folge das grösste Hindernis bei der Ausbreitung des Luftbadens sein. Der nackte Körper musste entweder in privaten Räumen und spezifischen Einrichtungen oder durch minimale Bekleidung vor dem unbefugten Blick geschützt werden.

Unter welchen Bedingungen und an welchen Orten Menschen nackt sein dürfen, wird durch soziale Konventionen bestimmt, die sich je nach sozialer Schicht und Altersklasse unterscheiden. Das schamhafte Verbergen des Körpers kann sowohl als Distinktionsmerkmal kultiviert als auch zur Kontrolle bestimmter gesellschaftlicher Gruppen und zur Differenzierung der Geschlechter genutzt werden.¹²⁹ Gerade im 19. Jahrhundert war die öffentliche Nacktheit

für ihren Roman *Frankenstein* (1818): vgl. Andrew Smith, *The Cambridge Companion to Frankenstein*, Cambridge 2016, S. 73 f.

126 J. H. Rausse, *Wasser thut's freilich*. Miscellen zur Gräfenberger Wasserkur, Zeitz 1840, S. 244.

127 Ebd., 246 ff.

128 Ebd., S. 246 ff.

129 Vgl. König, *Nacktheit*, S. 28–39.

für die meisten Menschen, insbesondere für die bürgerlichen und aristokratischen Mittel- und Oberschichten stark eingeschränkt. Das lässt sich am Beispiel des Badens verdeutlichen: Seit der Blütezeit des Badewesens um 1500 nahm die Bekleidung beim Baden kontinuierlich zu. So bedeckten Männer und Frauen im Spätmittelalter lediglich den Lendenbereich mit Badewedeln oder trugen einen leichten Lendenschurz. Weil sich im Zuge der Reformation und Gegenreformation in christlichen Ländern eine restriktive Geschlechtertrennung etablierte, wurden diese freizügigen Badesitten zunehmend verdrängt. Die bürgerlichen und aristokratischen Bevölkerungsschichten badeten im 18. und 19. Jahrhundert nur noch in hochgeschlossenen Kostümen und trafen sich in mondänen Kurorten. Der grösste Teil der Bevölkerung hatte jedoch keinen Zutritt zu diesen luxuriösen Badeeinrichtungen. Selbst das wilde Baden in Flüssen und Seen wurde durch restriktive Sittenmandate zunehmend eingeschränkt. Darum war der nackte Körper um 1800 weitgehend aus der Öffentlichkeit verschwunden.¹³⁰

Wie der Kulturhistoriker Hans Peter Duerr in seiner Studie zur *Nacktheit und Scham* zeigt, gab es aber keine kontinuierliche Entwicklung von den frivolen, nackten Menschen des Mittelalters zu den schamvoll verschlossenen Bürgern und Bürgerinnen der Neuzeit. Die Scham- und Peinlichkeitsgrenzen hätten sich nicht, wie der Soziologe Norbert Elias in seiner Zivilisierungstheorie beschrieben habe, kontinuierlich verschärft. Vielmehr gäbe es in den unterschiedlichen Kulturräumen abwechselnde Phasen, in denen der Körper mal mehr oder weniger stark tabuisiert und verborgen werde.¹³¹ Zudem gab es im 18. und 19. Jahrhundert auch wirkungsmächtige, abweichende Positionen im Diskurs über die öffentliche Nacktheit. So lobten bekannte Philosophen und Schriftsteller wie Benjamin Franklin (1706–1790), Jean-Jacques Rousseau (1712–1778) oder Johann Wolfgang Goethe (1749–1832) das nackte Baden in Flüssen und Seen als natürlich und gesund. Dabei plädierten sie nicht für die Rückkehr zur lockeren Badekultur des Spätmittelalters, sondern für eine keusche, selbstdisziplinierte Nacktheit, die radikal von jeglicher Erotik abgetrennt wird. Der nackte Körper sollte durch Sport trainiert und im kalten Wasser abgehärtet werden. Diese Argumentation ermöglichte es auch Menschen aus

130 Vgl. ebd., S. 88–96.

131 Vgl. Hans Peter Duerr, *Nacktheit und Scham*, Frankfurt a. M. 41994, S. 9–12; siehe dazu auch: König, *Nacktheit*, S. 43 ff.; Norbert Elias, *Über den Prozess der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen*, Bd. 2, Frankfurt a. M. 1976, S. 397–409.

bürgerlichen Gesellschaftsschichten, sich nackt in der Öffentlichkeit zu zeigen, ohne dabei die vorherrschende Sexualmoral infrage zu stellen.¹³² Die naturheilkundlichen Akteure des 19. Jahrhunderts kombinierten dieses Konzept einer „natürlichen“, entsexualisierten Nacktheit mit medizinischen Argumentationen. In den eindeutig abgegrenzten Handlungsräumen der Naturheilanstalten erhielt die Nacktheit eine zusätzliche Legitimität als Gesundheitsbehandlung, die durch den überwachenden Blick des Naturheilarztes und die disziplinierende Wirkung der straff geführten Behandlungspläne von jeglicher Erotik entkoppelt wurde.

Unter diesen Vorzeichen begann der Schweizer Unternehmer Arnold Rikli (1823–1906) in den 1860er Jahren als erster Naturheiler Licht- und Luftbäder systematisch als Kurbehandlung einzusetzen. Zuvor hatte sich der Sohn des wohlhabenden Färbereibesitzers und einflussreichen Berner Politikers Abraham Friedrich Rikli (1795–1866) autodidaktisch mit den Schriften bekannter Naturheilkundler wie Prießnitz und Rausse beschäftigt und seine ersten Patienten mit Kaltwasseranwendungen behandelt. Auch in seiner ersten Publikation *Aufruf an die kranke Menschheit an Körper und Geist, nach den Gesetzen der Natur-Heillehre zu genesen* (1857) stellte er sich noch weitgehend in die Tradition der Wasserheilkunde. 1854 zog er mit seiner Familie in den österreichischen Badekurort Veldes (heute Bled in Slowenien) an den südöstlichen Ausläufern der Alpen, um dort eine Wasserheilanstalt zu eröffnen. Nachdem er anfänglich eine natürliche Mineralquelle genutzt hatte, um den Kurgästen Bäder und Duschen anzubieten, begann er einige Jahre nach der Eröffnung mit Licht- und Luftanwendungen zu experimentieren. Seine Patienten und Patientinnen konnten sich nun auf geräumigen Sonnenterrassen oder in umzäunten „Luftparks“ in den umliegenden Hügeln des Kurortes leicht bekleidet in die Sonne legen.¹³³

Zugleich begann Rikli sein neues Kurangebot in zahlreichen Publikationen als neuartige, überlegene Naturheilmethode zu bewerben. In der Schrift *Die Thermodiätetik* (1869) verkündete er spöttisch, dass der Mensch kein Fisch sei und das Wasser deshalb nicht als „höchstes Lebens-Element“ gelten könne. Deshalb müsse man die „Kaltwasser-Cur“ als „höchst einseitige Abnormität“ betrachten.¹³⁴ Die Behandlung des Körpers mit Licht und Luft zeige viel bessere

132 Vgl. König, Nacktheit, S. 93 ff.

133 Vgl. Zdenko Levental, Der „Sonnendoktor“ Arnold Rikli (1823–1906), in: *Gesnerus, Swiss Journal of the History of Medicine and Sciences*, 34/3-4 (1977), S. 394–403.

134 Arnold Rikli, *Die Thermodiätetik. Oder das tägliche thermoelectrische Licht- und Luftbad*, Wien 1869, S. V.

Ergebnisse. Um die Wirkungsweise seiner Licht- und Lufttherapien zu erklären, kombinierte Rikli humoralpathologische Gesundheitsvorstellungen mit neuen, naturwissenschaftlichen Erkenntnissen und modernen Körperbildern. So vergleicht er den menschlichen Körper als Maschine mit einer Batterie, die durch die Sonne aufgeladen werde:

Naturgemäße Uebung der Empfindung erzeugt Stärkung unseres großen peripherischen (äußeren) Nervennetzes (negativer Nervenpol), dessen Reflex von größter Wichtigkeit auf unser [sic] Nervencentrale, Gehirn- und Rückenmark (positiver Nervenpol), oder unsere electriche Lebensbatterie ist, von welcher aus die Function aller inneren drüsigen und häutigen Organe in Bewegung gesetzt wird.¹³⁵

Die Sonneneinstrahlung erzeuge einen „Temperaturwechsel“, der sich im Körper als „electriche Strömung“ bemerkbar mache und dadurch das Nervensystem anrege. Diese „Thermoelectricität“ erzeuge eine lebensnotwendige Bewegung der „Molecule“ im „menschlichen Organismus“ und gewährleiste den „normale[n] Kreislauf der Säfte“. Nur bei einer ungestörten Zirkulation könne der Körper schädliche Gifte aussondern und dadurch gesund bleiben.¹³⁶ Das Licht- und Luftbad sollte die menschliche Maschine mit Energie versorgen und eine reibungslose Funktionsweise gewährleisten. Dieses Erklärungsmuster erinnert stark an den sogenannten Seebeck-Effekt, der die Wechselwirkung zwischen Temperatur und Elektrizität beschreibt. Der deutsche Physiker Thomas Johann Seebeck (1770–1831) hatte in den 1820er Jahre mit dieser physikalischen Theorie die Thermoelektrizität begründet.¹³⁷

Indem Rikli Begriffe und Theorien aus der Physiologie, Chemie und Physik adaptierte, versuchte er sich im Spektrum exakter, evidenzbasierter Naturwissenschaften zu verorten und damit für die Gültigkeit seiner Methoden zu werben und sich auf diese Weise vom Vorwurf der „Kurpfuscherei“ abzugrenzen. Dazu nutzte er neuartige Körperbilder, die den Menschen als Maschine, Motor und Akkumulator darstellten.¹³⁸ Dieses Vorgehen war für die

135 Rikli, *Die Thermodiätetik*, S. 6.

136 Ebd., S. 8 f.

137 Vgl. Manfred Achilles, *Historische Versuche der Physik. Funktionsfähig nachgebaut*, Berlin 1989, S. 66–72; siehe dazu auch das Kapitel „Thermodynamik und Körperökonomie. Das Luftbad als energetisierende Praktik“ in: Möhring, Marmorleiber, S. 284–331.

138 Siehe zu den technisierten Körperbildern des 19. Jahrhunderts: Jakob Tanner, *Fabrikmahlzeit. Ernährungswissenschaft, Industriearbeit und Volksernährung in der Schweiz 1890–1950*, Zürich 1999, S. 53–88.

Naturheilbewegung nicht untypisch. Obwohl sie immer wieder die „Natürlichkeit“ ihrer Behandlungsmethoden betonte, schreckte sie nicht davor zurück, moderne Körperbilder zu übernehmen und sich in aktuellen Wissenschaftsdiskursen zu verorten. Das bedeutete aber nicht, dass ihre Behandlungsmethoden evidenzbasiert waren und ihre Theorien wissenschaftlichen Standards genügten. Riklis „Thermodiätetik“ wurde sogar in naturkundlichen Kreisen stark angezweifelt. So warf beispielsweise ein anderer Naturheilkundler dem selbst ernannten „Sonnendoktor“ vor, die vielen „Fremdwörter“ in seinen Schriften „unrichtig“ zu verwenden. Nur schon der Titel „Thermodiätetik“ passe überhaupt nicht zur Methodik der Licht- und Luftbehandlung. Er hätte sie besser „Photo- oder Aero-Diätetik“ nennen sollen. Mit den „[h]ochtrabenden Phrasen“ und der „charlatansmäßige[n] Ausrufe rascher Kurerfolge“ versuche Rikli lediglich zahlende Gäste in seine Kuranstalt zu locken.¹³⁹ Derartige Streitigkeiten und polemische Auseinandersetzungen häuften sich im ausgehenden 19. Jahrhundert in der anwachsenden Naturheilbewegung. Mit zunehmendem Erfolg gab es immer mehr Akteure, die mit neuartigen Naturheilmethoden auf den wachsenden Gesundheitsmarkt drängten und eigene Naturheilanstalten eröffneten.

Molke, Semmelbrötchen und vegetarische Diäten: Die Ernährung als Naturheilbehandlung

Neben den Wasser-, Licht- und Luftbehandlungen erhielt die Ernährung seit Mitte des 19. Jahrhunderts immer grössere Beachtung in der Naturheilbewegung.¹⁴⁰ Dabei dienten die Ernährungsvorschriften der antiken Diätetik als Vorbild. Nach den Regeln der Humoralpathologie ordneten Hippokrates und Galen den Nahrungsmitteln bestimmte Eigenschaften wie Hitze, Kälte, Feuchtigkeit und Trockenheit zu. Je nach Mischung der Körpersäfte sollten sich die Menschen unterschiedlich ernähren. Beispielsweise müsse ein Choletiker mit viel gelber Galle möglichst auf scharfe oder heiss zubereitete Speisen

139 O. A., Arnold Rickli. Die Thermodiätetik, in: Der Naturarzt, Zeitschrift für volkstümliche Gesundheitspflege und Heilweise, 10/1 (1870), S. 19 f.; Im deutschsprachigen Raum entwickelte sich die 1861 gegründete Zeitschrift *Der Wasserfreund* – ab 1863 *Der Naturarzt* – zur wichtigsten, transnationalen Aushandlungsplattform der sich ausdifferenzierenden Naturheilkunde. Siehe dazu: Jörg Melzer, Vollwerternährung, Diätetik, Naturheilkunde, Nationalsozialismus, sozialer Anspruch, Stuttgart 2003, S. 78 ff.

140 Vgl. Jütte, Geschichte der Alternativen Medizin, S. 144–164.

verzichten. Nach diesem Schema wurden auch spezifische Nahrungsmittel gegen bestimmte Krankheitssymptome verschrieben.¹⁴¹ Die Ernährung verlor jedoch im 19. Jahrhundert mit dem Aufstieg der wissenschaftlichen Medizin und dem Bedeutungsverlust der Humoralpathologie stark an Gewicht. Weil sich die Effekte der einzelnen Nahrungsmittel nicht systematisch beweisen liessen, wurden die überlieferten Ernährungsregeln von akademisch ausgebildeten Ärzten in Zweifel gezogen.¹⁴²

In den Kurorten ging die Bedeutung der Ernährung als Gesundheitsbehandlung aber nie ganz verloren. Auch noch im 19. Jahrhundert erfreuten sich Trinkkuren grosser Beliebtheit. Dazu mussten die Kurgäste täglich grössere Mengen Mineralwasser aus Heilquellen zu sich nehmen. In der Schweiz hatten sich bereits seit dem 18. Jahrhundert auch Molke- und Milchkuren ausgebreitet. Vor allem das Appenzellerland zog damit zahlreiche internationale Gäste an. Meyer-Ahrens führte 1860 in seinem Kompendium über die *Heilquellen und Kurorte der Schweiz* über 100 derartige Einrichtungen auf. Nicht weniger erfolgreich war die Traubenkur, die sich in den 1840er Jahren in der Genferseeregion, insbesondere rund um Montreux, ausbreitete.¹⁴³

Mineralwasser gab es auch in der ersten Wasserheilanstalt in Gräfenberg zu trinken. Ansonsten legte Prießnitz aber keinen grossen Wert auf die Ernährung seiner Patienten. Es soll sogar regelmässig zu ausgiebigen Schlemmereien gekommen sein. Einen anderen Ansatz wählte Johannes Schroth (1798–1856), der im schlesischen Lindewiese, unweit von Gräfenberg, eine eigene Kuranstalt mit Kaltwasserbehandlungen eröffnete. Einerseits entwickelte er die Trinkkuren weiter, indem er sogenannte Trink- und Trockentage einführte, an denen die Patienten entweder besonders viel oder sehr wenig trinken durften. Weil die Kurgäste an den Trinktagen vor allem Weisswein zu sich nehmen durften, soll im Kurbetrieb zuweilen eine sehr ausgelassene Stimmung geherrscht haben. Andererseits verordnete Schroth auch eine reduzierte Nahrungszufuhr mit möglichst trockenen, kohlehydratreichen Speisen – berühmt wurden vor allem die trockenen Semmelbrötchen. Mit dieser „Schrothdiät“ versuchte er die „entschlackende“ Wirkung der Wasseranwendungen zu verstärken. In

141 Vgl. Hans Jürgen Teuteberg/Günter Wiegelmann, *Nahrungsgewohnheiten in der Industrialisierung des 19. Jahrhunderts*, Münster 2005, S. 26 f.

142 Vgl. Jütte, *Geschichte der Alternativen Medizin*, S. 144.

143 Vgl. Hans Peter Treichler, *Molken, Milch und Traubenberge. Neue Ansätze im Kurwesen*, in: Graf Felix/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 49 ff.

Kombination mit feuchten Wickeln sollten die Giftstoffe dabei nicht mehr primär über die Haut, sondern über den Darm ausgeschieden werden.¹⁴⁴

Einen Schritt weiter ging der deutsche Apotheker Theodor Hahn (1824–1883). Er stellte die Ernährung in den Mittelpunkt seiner Naturheilbehandlungen. Als Schüler und Herausgeber der Schriften J. H. Rausses hatte sich Hahn nicht nur mit der „Entschlackung“ des Körpers beschäftigt, sondern auch nach den Ursachen dieser „Ablagerungen“ gesucht. Neben Alkohol, Kaffee, Tee, Salz und scharfen Gewürzen identifizierte er auch tierische Produkte wie Eier, Milch und Käse als schädlich für die Gesundheit.¹⁴⁵ Besonders negativ wirkte sich jedoch das Fleisch auf die Verdauung und den Stoffwechsel aus. In der Tradition der sogenannten Makrobiotik des deutschen Arztes Christoph Wilhelm Hufeland (1762–1836) glaubte Hahn, dass Fleisch im Verdauungstrakt Gifte freisetze und dadurch eine Übersäuerung des Körpers verursache.¹⁴⁶ Der Fleischgenuss mache das Blut „reizbarer“ und für „entzündliche[...] Krankheiten empfänglicher“. Der Kranke werde dadurch „reizempfindlicher, jähzorniger, wilder, rachsüchtiger, zu Verstimmungen und übler Laune geneigter“. Wer viel Fleisch esse, neige zur „Bleichsucht und Blutarmuth und der Schwindsucht (Lungentuberkulose) [...] Dyspepsie (Sodbrennen, Magenverderbiß [sic!]), Indigestion, Bright'sche Nierenentartung, Gicht, Epilepsie“.¹⁴⁷ Um den Körper nicht durch zusätzliche Giftstoffe zu belasten und dadurch den Heilungsprozess zu verzögern, sollten die Patienten zumindest während des Kuraufenthaltes auf diese Nahrungsmittel verzichten. Stattdessen verschrieb ihnen der Naturheilkundler eine reizarme, pflanzliche Diät.¹⁴⁸ Die Kurgäste sollten ein Vollkornbrot zu sich nehmen, das der presbyterianische Prediger Sylvester Graham (1794–1851) Anfang des 19. Jahrhunderts in den Vereinigten Staaten entwickelt hatte. Das Weizenkleiebrot sollte besonders gesund sein, weil es im Unterschied zum Weissbrot noch das ganze Korn enthielt. Die darin enthaltenen Nährstoffe und unverdaulichen Bestandteile würden die Verdauung anregen und die „Entgiftung“ fördern.¹⁴⁹

144 Vgl. Heyll, Wasser, Fasten, Luft und Licht, S. 70 f.

145 Vgl. ebd., S. 71 f.

146 Vgl. Melzer, Vollwerternährung, S. 80 ff.

147 Theodor Hahn, Practisches Handbuch der naturgemäßen Heilkunde. Ohne Arzt und Arznei, ohne Prießnitz und Schroth, Zürich 1866, S. 175 f.

148 Als Redaktor der Zeitschrift *Naturarzt* konnte Hahn zwischen 1867 und 1870 seine Ernährungstherapien popularisieren und seine Kuranstalt in St. Gallen in Szene setzen.

149 Vgl. Melzer, Vollwerternährung, S. 83–89; siehe zu Graham auch das Kapitel 3.1.

Wegen seiner Beteiligung an der bürgerlich-liberalen Revolution von 1848/49 musste Hahn seinen Wohn- und Arbeitsort mehrmals wechseln. So verweilte er ab 1850 in der 1843 gegründeten Wasserheilanstalt Buchenthal im Kanton St. Gallen. Weil Hahn über keine Medizinausbildung verfügte, verbot die St. Galler Sanitätskommission dem selbst ernannten Naturarzt die Durchführung medizinischer Behandlungen. Unter der Voraussetzung einen approbierten Arzt einzustellen, durfte er aber die Leitung der Anstalt übernehmen. Nach weiteren Anstellungen in Wasserheilanstalten in Bad Horn am Bodensee, im Zürcherischen Elgg – wo er sich 1852 einbürgern liess – und in Schweizermühle bei Dresden übernahm er 1854 die Naturheilanstalt *Auf der Waid* in St. Gallen, die er bis 1869 leitete. Dort behandelte Hahn erstmals Kurgäste mit vegetabilen Diäten. Aus Sorge, seine Gäste könnten sich an den neuartigen Ernährungsregeln stören, strich er die tierischen Produkte aber nur zögerlich aus den Speiseplänen der Patienten und Patientinnen.¹⁵⁰

„Schrothianer“ oder Anhänger der „Rauße-Hahn’schen“ Grundsätze? Die Schweizer Naturheilbewegung organisiert sich

Bis in die 1860er Jahre hatten sich mit der Wasserheilkunde, den Licht- und Luftbädern und den Diäten die drei naturheilkundlichen Hauptbereiche herausgebildet. Innerhalb der sich entfaltenden Naturheilbewegung gab es aber immer wieder massive Auseinandersetzungen über die korrekte Anwendung und Wirksamkeit der unterschiedlichen Behandlungsmethoden. In dieser Zeit gab es in der Schweiz erste Versuche, die Naturheilbewegung durch lokale Vereinsstrukturen und einen nationalen Verband zu organisieren. Dazu schlossen sich kleine Ortsgruppen aus Baden, Zürich, St. Gallen, Bern, Basel, Elgg, Glarus und Winterthur 1868 zum *Schweizerischen Centralverein für Naturheilkunde* zusammen.¹⁵¹ An der ersten Versammlung verabschiedeten ca. 60 Teilnehmer

150 Vgl. Iris Blum, Ich bin [...] der Diät, wie der Heilweise der Zukunft der Zeit weit, weit, nicht bloss um Jahrzehnte, vielleicht selbst um Jahrhunderte voraus. Hydrotherapie und Vegetarismus als soziales und moralisches Allheilmittel: Dargestellt an Leben und Werk des Naturarztes Theodor Hahn (1824–1883), Zürich 1996, S. 28 f. u. 54 f.

151 Vgl. Sabina Roth, Im Streit um Heilwissen. Zürcher Naturheilvereine anfangs des 20. Jahrhunderts, in: Hans Ulrich Jost/Albert Tanner (Hg.), *Geselligkeit, Sozietäten und Vereine*, Zürich 1991, S. 119 f.

einen Statutenentwurf und äusserten die Hoffnung, sich auf eine „gemeinsame Sache“ einigen zu können.¹⁵² Dazu sollten alle Ortsgruppen einen Fragebogen ausfüllen. Die Mitglieder sollten angeben, welche „Heilverfahren“ sie als „wahrhaft naturgemäss“ definieren und wie sie verschiedene Erkrankungen der Haut, Verdauungsorgane oder Nerven behandeln.¹⁵³

Alle befragten Ortsgruppen waren sich einig, dass sich der Körper durch die „richtigen Lebensbedingungen“ selbst heilen müsse. Die Naturheilkunde habe dabei die „doppelte Aufgabe, den gesunden Körper durch richtige Vorschriften vor Krankheit zu bewahren, und den Krankheitszustand durch ein vernunftgemäßes Verhalten [...] aufzuheben.“¹⁵⁴ Dazu gehöre „[r]eine Luft, reizlose mäßige Diät, (kein Fleisch, nur wenig Salz, keine Gewürze, keine alkoholischen Getränke, kein Tabak); innerer und äußerer Gebrauch des Wassers (feuchte Wärme); richtige Anwendung der Wärme- und Kältereize; Bewegung und Ruhe; Reinlichkeit; entsprechende Einwirkungen auf das Geistes- und Gemüthsleben, [...]“.¹⁵⁵ Damit teilten zwar alle Ortsgruppen die Grundlagen der naturheilkundlichen Gesundheitslehre, über die konkreten Behandlungsmethoden gab es jedoch Meinungsverschiedenheiten. Vor allem die Frage nach der richtigen Ernährungsweise teilte die Mitglieder in zwei unvereinbare Lager: Einerseits gab es die Anhänger des „Schroth'schen Verfahren[s]“ und andererseits die Verfechter der „Rauße-Hahn'schen Grundsätze[...]“.¹⁵⁶ Weil sich die Ortsgruppe aus Winterthur als „Schrothianer“ nicht akzeptiert fühlte, trat sie kurzerhand aus dem *Centralverein* aus.¹⁵⁷ Wegen dieser Streitigkeiten über die „richtige“ Behandlungsweise brach die erste überregionale Naturheilorganisation der Schweiz schon kurz nach ihrer Gründung wieder auseinander. Der *Centralverein* gab 1870 nur noch eine weitere Publikation zur *Controverse über die Impffrage* heraus.

Impfen oder nicht impfen: Eine Kontroverse

Das Impfen markierte eine der schärfsten Bruchlinien zwischen Naturheilbewegung und akademisch ausgebildeter Ärzteschaft. Während zahlreiche

152 Schweizerischer Centralverein für Naturheilkunde, Erstes Jahresheft des Schweizerischen Centralvereins für Naturheilkunde, Baden 1869, S. 5.

153 Ebd., S. 8.

154 Ebd., S. 14.

155 Ebd., S. 18 f.

156 Ebd., S. 5.

157 Ebd., S. 32.

naturheilkundliche Behandlungsmethoden früher oder später auch in der wissenschaftlichen Medizin Einzug hielten, gab es in der sogenannten Impffrage nie einen gemeinsamen Nenner. Die Auseinandersetzung begann bereits im 18. Jahrhundert mit der ersten in Europa verfügbaren Schutzimpfung gegen die endemisch auftretenden Pocken. Dazu isolierten Ärzte das Pockensekret eines Erkrankten und spritzten es einer gesunden Person. Ohne die Wirkungsweise zu verstehen, immunisierten sie damit den Körper ihrer Patienten und Patientinnen gegen den Pockenerreger. Diese Präventionsmethode löste jedoch heftige Widerstände aus, weil sie einerseits schwere Nebenwirkungen verursachen konnte und andererseits von vielen Menschen als naturwidriger Eingriff in den menschlichen Körper kritisiert wurde. Um 1800 entwickelte der englische Arzt Edward Jenner (1749–1823) ein risikoärmeres Verfahren. Anstelle des menschlichen Serums verwendete er harmlose Pockenerreger von Kühen als Schutzimpfung. Das vielversprechende Verfahren begann sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts immer stärker zu etablieren. Zahlreiche Länder und auch einige Schweizer Kantone führten sogar eine Impfpflicht gegen Pocken ein. Wie die Historikerinnen Brigitte Ruckstuhl und Elisabeth Ryter erklären, wurden damit „erstmalig grosse Teile der Bevölkerung mit einer staatlich angeordneten, präventiven Intervention konfrontiert.“¹⁵⁸

Gegen dieses Impfblogatorium begann sich seit Mitte des 19. Jahrhunderts vor allem die Naturheilbewegung zu positionieren. Sie zweifelte nicht nur den Nutzen der Impfungen an, sondern warnte sogar vor gesundheitlichen Schädigungen durch die verwendeten Impfstoffe. Diese würden den Körper vergiften, verschiedene Krankheitsreaktionen hervorrufen oder sogar zum Tod führen. Um ihre Befürchtung zu belegen, stützten sie sich oft auf Einzelfälle, die sie für ihre Argumentation instrumentalisierten oder legten offizielle Statistiken über Todesfälle und Heilungserfolge in ihrem Sinne aus. Typisch für die naturheilkundliche Vorstellungswelt war die Annahme, dass sich gesund lebende Menschen gar nicht infizieren oder die Krankheit ohne schwere Symptome und Folgeschäden überstehen und dadurch eine „natürliche“ Immunität erlangen. Aus dieser Perspektive ist eine Impfung ein unnötiger Eingriff in den normalen Krankheitsverlauf oder sie ist sogar schlimmer als die Krankheit, der sie eigentlich vorbeugen sollte. Darum lehnte die Naturheilbewegung Impfblogatorium

158 Brigitte Ruckstuhl/Elisabeth Ryter, *Von der Seuchenpolizei zu Public Health. Öffentliche Gesundheit in der Schweiz seit 1750*, Zürich 2017, S. 39 ff, zitiert S. 41.

als staatliche Zwangsmassnahmen und Eingriff in die individuellen Freiheitsrechte ab.¹⁵⁹

Diesen Argumentationslinien folgte auch der *Schweizerische Centralverein für Naturheilkunde* in seiner 1870 publizierte Schrift gegen das Impfen. Darin beklagten sich die Naturheiler, dass in der Schweiz „die meisten Aerzte noch unbedingte Anhänger des Impfsystems“ seien, obwohl die Wirkungsweise des Impfens nicht wissenschaftlich erklärbar sei und statistische Untersuchungen auf den fehlenden Nutzen hindeuten. Es werde „der Medizin nie gelingen, für epidemische oder irgend welche Krankheiten ein Gegengift zu finden“, weil die Ursache dieser Krankheiten gar nicht auf einen „einzelnen chemischen Stoff“ zurückzuführen sei. Die „Cholera-Pilze Pettenkofers“ hätten sich ebenso als „eitle Chimäre“ erwiesen wie der „spezifische Typhusstoff und der ‚Blatternstaub‘“. Noch bevor Bakterien und Viren wissenschaftlich nachgewiesen wurden, stritt die Naturheilbewegung die Existenz mikroskopischer Krankheitserreger ab und verwies stattdessen auf ihre eigenen, holistischen Gesundheitskonzepte. Nur ein „systematisches Kurverfahren“, das alle „Krankheitserscheinungen“ gleichermassen berücksichtige, sei erfolgversprechend. So hätten Prießnitz und Schroth mit Bädern, Umschlägen und vegetarischen Diäten die Pocken viel effektiver behandelt als die akademisch ausgebildeten Ärzte.¹⁶⁰

Nachdem der *Schweizerische Centralverein für Naturheilkunde* nach 1870 aus der Öffentlichkeit verschwunden war, versammelten sich die Anhänger der Naturheilkunde ab 1876 im *Schweizerischen Verein gegen Impfwang*, um

159 Vgl. Eberhard Wolff, *Medizinkritik der Impfgegner im Spannungsfeld zwischen Lebenswelt und Wissenschaftsorientierung*, in: Martin Dinges (Hg.), *Medizinkritische Bewegungen im Deutschen Reich (ca. 1870 bis ca. 1933)*, Stuttgart 1996, S. 79–108; Siehe zur Geschichte des Impfens auch: Malte Thiessen, *Immunisierte Gesellschaft. Impfen in Deutschland im 19. und 20. Jahrhundert*, Göttingen 2017.

160 *Schweizerischer Centralverein für Naturheilkunde, Controverse über die Impffrage*, Zürich 1870, S. 3 u. 64 f. Sehr ähnlich argumentierte auch Theodor Hahn. Siehe dazu u. a.: Theodor Hahn, *Ueber die Menschenpocken, über die Impfung und über den Impfwang*, Freiburg 1870; Obwohl die Pocken durch systematische Impfprogramme ausgerottet wurden und auch zahlreiche andere Infektionskrankheiten wie Polio oder Typhus in westlichen Ländern kaum noch auftraten, rückten viele naturheilkundliche Akteure auch im Verlauf des 20. Jahrhunderts nicht von ihren Überzeugungen ab. Siehe zur Aktualität der Debatte u. a.: Malte Thiessen, *Im Zeitalter der Immunität*, in: *Einblicke. Das Forschungsmagazin*, 30/60 (2015), S. 38–42; Eberhard Wolff, *Über das Impfen*, in: *Schweizerische Ärztezeitung*, 100/25 (2019), S. 868.

ein eidgenössisches Epidemiegesetz zu verhindern, das unter anderem ein landesweites Impfblogatorium gegen die Pocken vorsah.¹⁶¹ Trotz der wachsenden Kritik der Impfgegner rückte die Bundesversammlung nicht von ihrem Vorhaben ab und verabschiedete 1882 das „Bundesgesetz betreffend Massnahmen gegen gemeingefährliche Epidemien“. Daraufhin sammelten Impfgegner aus naturheilkundlichen Kreisen zusammen mit Akteuren aus dem katholisch-konservativen Lager und dem linksliberalen *Grütlliverein* innert kürzester Zeit genügend Unterschriften, um ein Referendum gegen das neue Bundesgesetz zu ergreifen. Obwohl das Epidemiegesetz auch zahlreiche andere Massnahmen zur Seuchenbekämpfung beinhaltete, wurde im Abstimmungskampf fast nur über das Impfen gesprochen. Das führte dazu, dass die Vorlage in der Volksabstimmung mit fast 80 % Nein-Stimmen wuchtig abgelehnt wurde. Das Ergebnis zeigt deutlich, wie stark die zahlenmässig kleine Gruppe aus Impfgegnern und Impfgegnerinnen die öffentliche Meinung gegen den Willen des Parlaments und der akademischen Ärzteschaft beeinflussen konnte. Erst als das Impfblogatorium ersatzlos gestrichen wurde, konnte das neue Epidemiegesetz 1886 die Bundesversammlung ohne ein weiteres Referendum passieren.¹⁶²

2.2 Die Schweiz als Gesundheitsparadies: Die Ausbreitung der Naturheilanstalten

Hohe Berge, klares Wasser und frische Luft: Die Schweiz als Inbegriff der Gesundheit

Lange Zeit verirrten sich nur wenige Reisende in die Schweiz. Ohne kulturelle Zentren und grosse Metropolen gab es in diesem agrarisch geprägten Land nur wenig zu sehen. Die Alpenlandschaft galt sogar als gefährliches, unzugängliches, kaum bewohnbares Gebiet. Erst im 18. Jahrhundert stieg das Interesse an der Schweiz als Reisedestination. Bekannte Schriftsteller und Naturforscher wie Johann Jakob Scheuchzer (1672–1733), Albrecht von Haller (1708–1777) und Jean-Jacques Rousseau (1712–1778) veröffentlichten romantisierende

161 Siehe zur Gründung und zu den Aktivitäten des *Schweizerischen Vereins gegen Impfwang* u. a.: Zürcherische Freitagszeitung, 28. April 1876, S. 3; Grütlianer, 23. April 1879, S. 3.

162 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 117–120; siehe zur rechtlichen Auseinandersetzung über das Impfen auch: Lorenz Langer, Impfung und Impfwang zwischen persönlicher Freiheit und Schutz der öffentlichen Gesundheit, in: Zeitschrift für Schweizerisches Recht, 136/1 (2017), S. 87–114.

Darstellungen der Alpenwelt als Refugium einer unberührten Natur inmitten Europas. In scharfem Kontrast zum städtischen, durch Krankheit und Verschmutzung gezeichneten Tal stilisierten sie die Berge als gesunde, reine Naturlandschaften. Dieses dualistische Bild schrieb sich tief in das Selbstverständnis der Schweiz ein.¹⁶³ Schon 1728 stellte Albrecht von Haller in seinem berühmten Gedicht *Die Alpen* die moralisch verkommenen, geldgierigen Stadtbewohner den hart arbeitenden, genügsamen Bauern in den Alpen entgegen. Da spielte es auch keine Rolle, dass die Verklärung der „Äpler“ als einfache, aber kräftige, gesunde und freiheitsliebende Menschen reine Fantasie war. Herrschte doch in vielen Berggemeinden bittere Armut, die immer wieder zu Hungersnöten und grossen Auswanderungswellen führte. Auch der in vielen Bergkantonen grassierende Kretinismus, der bei Kindern Taubheit, Sprachstörungen und Deformationen des Kehlkopfs verursachte, wurde bei der Konstruktion der Alpen als „Gesundheitslandschaften“ ausgeblendet.¹⁶⁴ Trotz dieser Schattenseiten entwickelte sich die Schweiz vor allem im Kontext der zunehmenden Industrialisierung und Urbanisierung im 19. Jahrhundert zum „Projektionsraum“ sentimental-romantischer Sehnsüchte. Innert weniger Generationen wurde sie zum „Gesundheitsparadies“ mit guter Luft, natürlichen Lebensmitteln und sauberem Wasser umgedeutet.¹⁶⁵

Im ausgehenden 18. Jahrhundert entdeckten vor allem englische Feriengäste die Schweiz. Sie kannten die wichtigsten Sehenswürdigkeiten nicht nur aus den Werken von Rousseau, Schiller und Hölderlin, auch viele Vertreter der englischen Romantik wie Lord Byron oder Mary Shelley machten die Gipfel, Gletscher und Bergseen der Schweizer Alpen in Grossbritannien bekannt.

163 Vgl. François de Capitani, *Gesunde Schweiz. Der Gesundheitsdiskurs in der Aufklärung*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 15 ff.; Iris Ritzmann, *Schauderberge. Die Schweiz als Krankheitslandschaft*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 163 ff.; siehe zur visuellen Inszenierung der Schweizer Alpen auch: Dominik Schnetzer, *Bergbild und Geistige Landesverteidigung. Die visuelle Inszenierung der Alpen im massenmedialen Ensemble der modernen Schweiz*, Zürich 2009.

164 Die Ursache für die Kropferkrankungen war die jodarme Ernährung der Mütter, die bei den Kindern zu Fehlfunktionen der Schilddrüse führte. Appenzell Ausserrrhoden führte als erster Kanton 1922 jodiertes Kochsalz ein, um die Mangelernährung der Bevölkerung zu beheben. Siehe dazu: Ritzmann, *Schauderberge*, S. 163 f.

165 Vgl. Eberhard Wolff, *Zauber-Berge und Heile Welten*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 9–14.

Anfänglich kamen vor allem englische Aristokraten im Rahmen ihrer Bildungsreisen in die Schweiz. Mit dem wirtschaftlichen und sozialen Aufstieg der neuen Mittelschichten konnten sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts immer mehr Menschen die Reise leisten. Wichtig für den wachsenden touristischen Erfolg war der zügige Ausbau der Infrastruktur. Durch neue Pass- und Hauptstrassen waren in den 1830er und 1840er Jahren zahlreiche abgelegene Alpendörfer schnell und bequem erreichbar. Seit den 1870er Jahren entwickelten sich die Alpen dann auch für immer mehr Deutsche und Schweizer zum beliebten Ausflugs- und Reiseziel. Diese anhaltende Entwicklung führte zu einem massiven Ausbau der Eisenbahnverbindungen, Bergbahnen und Hotelanlagen im Alpenraum. Um 1900 zählte die Schweiz bereits jährlich zwei Millionen Touristen und Touristinnen.¹⁶⁶

Frische Höhenluft und strahlende Sonne: Die Tuberkulosebehandlung als Triebfeder des Gesundheitstourismus in der Schweiz

Obwohl er zahlenmässig nicht ins Gewicht fiel, spielte der Gesundheitstourismus eine wichtige Rolle bei der Etablierung der Schweiz als Ferienland. Nachdem die Schweiz schon seit dem Mittelalter für ihre Kurbäder bekannt war, nahm im 19. Jahrhundert vor allem die Tuberkulosebehandlung eine besondere Rolle ein. Die epidemisch auftretende Krankheit gehörte weltweit bis weit ins 20. Jahrhundert zu den häufigsten Todesursachen. Wegen mangelhafter Ernährung und unhygienischen Lebensbedingungen waren vor allem ärmere Bevölkerungsschichten stark betroffen. Der deutsche Mediziner Robert Koch (1843–1910) entdeckte zwar bereits 1882 den Tuberkuloseerreger, konnte jedoch kein wirksames Medikament oder eine Schutzimpfung entwickeln. Erst mit der Erfindung der Antibiotika in den 1940er Jahren wurde die Krankheit erfolgreich zurückgedrängt. Bis dahin war die Liege-, Luft- oder Höhenkur die einzige Behandlungsmethode gegen die Tuberkulose.¹⁶⁷

Der schlesische Arzt Hermann Brehmer (1826–1889) entwickelte in den 1850er Jahren erste Kurbehandlungen für Tuberkulosekranke. Dazu griff er

166 Vgl. Tanja Wirz, *Gipfelstürmerinnen. Eine Geschlechtergeschichte des Alpinismus in der Schweiz 1840–1940*, Baden 2007, S. 99–110.

167 Siehe zur Geschichte der Tuberkulosebehandlungen u. a.: Iris Ritzmann, *Hausordnung und Liegekur. Vom Volkssanatorium zur Spezialklinik: 100 Jahre Zürcher Höhenklinik Wald*, Zürich 1998; Flurin Condrau, *Lungenheilstätte und Patientenschicksal. Sozialgeschichte der Tuberkulose in Deutschland und England im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert*, Göttingen 2000.

auf neohippokratische Methoden und insbesondere auch naturheilkundliche Wasser-, Luft- und Diätbehandlungen zurück. Brehmer führte seit 1854 im schlesischen Görbersdorf eine Prießnitz'sche Kaltwasserheilstätte, die er 1859 in ein Sanatorium für Lungenkranke umwandelte. Die Patienten kurierte er mit Bädern, Ganzkörperduschen und Abreibungen, einer strengen Diät, Bewegungstherapien und langen Aufenthalten im Freien. Eine besondere Wirkung schrieb er der Höhenluft im schlesischen Bergland zu. Dabei stützte er sich auf Beobachtungen bekannter Naturforscher wie Alexander von Humboldt (1769–1859), dass es in höheren Lagen keine Tuberkuloseerkrankungen gäbe. Durch den geringeren Druck und die dünnere Luft herrsche in Bergregionen ein immunisierendes, tuberkulosefreies Klima, das auch die Behandlung der Kranken begünstige.¹⁶⁸ Diese Höhentherapie weckte auch das Interesse Schweizer Ärzte. So begann unter anderem Alexander Spengler (1827–1901) in den 1860er Jahren das kleine Bauerndorf Davos zu einem international bekannten Höhenkurort auszubauen. Weitere Sanatorien etablierten sich später auch in Arosa, St. Moritz und anderen Orten in den Schweizer Alpen.¹⁶⁹

Neben der besonderen Luft geriet bald auch die spezifische Sonneneinstrahlung in höheren Lagen in den Fokus der Tuberkulosebehandlung. In den 1890er Jahren untersuchte der norwegische Arzt Niels Ryberg Finsen (1860–1904) die bakterientötende Wirkung der ultravioletten Strahlung im Sonnenlicht und entwickelte mit diesen Erkenntnissen eine Behandlungsmethode gegen Hauttuberkulose. Um die Sonnenstrahlung gezielt anwenden zu können, entwickelte er auch UV-Lampen, die später als künstliche Höhensonnen bekannt wurden. Für seine Entdeckungen erhielt Finsen 1904 den Nobelpreis für Medizin. Auf Sonnenlichtbehandlung spezialisierte sich auch der Schweizer Arzt Henri Auguste Rollier (1874–1954). Er behandelte seit 1903 im Höhenkurort Leysin im Kanton Waadt Tuberkulosekranke. Im Unterschied zu Finsen bestrahlte er aber nicht nur einzelne Hautpartien mit UV-Licht, sondern die gesamte Körperoberfläche seiner Patienten und Patientinnen. Dazu legten sich diese möglichst unbedeckt in die Höhensonne der Westschweizer Alpen. Rollier knüpfte damit an die naturheilkundlichen Licht- und Luftbehandlungen an und entwickelte sie zur wissenschaftlich begründeten Heliotherapie weiter. Um ideale Bedingungen für das Sonnenbaden zu schaffen, baute er in Leysin

168 Vgl. Christian Schürer, *Der Traum von Heilung. Eine Geschichte der Höhenkur zur Behandlung der Lungentuberkulose*, Baden 2017, S. 50–64.

169 Vgl. ebd., S. 68–111.

zahlreiche Sanatorien mit grosszügigen Balkonen. Bis 1913 stellten seine Kliniken über 700 Krankenbetten zur Verfügung.¹⁷⁰ In den 1930er Jahren gingen die Bilder nackter oder leicht bekleideter Menschen, die sich auf Balkonen sonnen oder vor dem Panorama der Schweizer Berge turnen, um die Welt. Der Schweizer Maler Hans Erni (1909–2015) verewigte Rolliers „Sonnenschule“ – eine Gruppe Schulkinder beim Unterricht im Freien – sogar in seinem monumentalen Wandbild *Die Schweiz, Ferienland der Völker* für die Schweizerische Landesausstellung 1939 in Zürich.¹⁷¹

Ähnlich wie die Naturheilärzte verortete Rollier die Heliotherapie in einer bis zur Antike reichenden Behandlungstradition. In seinem 1926 veröffentlichten Grundlagenwerk *Die Heliotherapie der Tuberkulose* erhielt auch Arnold Rikli eine wohlwollende Erwähnung als „Laie“, der „durch die Gründung einer Anstalt in Veldes (Österreich) und durch seine Schrift ‚Die atmosphärische Kur‘ zur Verbreitung der Luft- und Sonnenanwendung bei Gesunden und Kranken mächtig bei[getragen]“ habe.¹⁷² Der Schweizer „Sonnendoktor“ war jedoch in Rolliers medizingeschichtlichem Rückblick auf die Heliotherapie nur eine Randnotiz. Andere, wissenschaftlich arbeitende Ärzte wie Finsen spielten für Rollier eine viel bedeutendere Rolle in der Entwicklung der Licht- und Luftbehandlungen.¹⁷³ Die Naturheilmovement hatte ihrerseits keine Vorbehalte, Rollier in ihre eigenen Narrative zu integrieren. In deren selbsthistorisierenden Rückblicken erscheint der Neuenburger Arzt immer wieder als direkter Nachfolger Riklis. Rollier habe die „Sonnenbadidee nicht nur bestätigt, sondern auch durch wertvolle Erfahrungen aus der Praxis belegt.“¹⁷⁴ Dadurch habe er sich „um den wissenschaftlichen Ausbau der Lichtbehandlung verdient“ gemacht.¹⁷⁵

170 Vgl. Michael L. Geiges, „... und am höchsten das Licht“. Heliotherapie in der Schweiz, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Kraftraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 111–115; siehe zur Geschichte der Heliotherapie auch: Niklaus Ingold, *Lichtduschen. Geschichte einer Gesundheitstechnik, 1890–1975*, Zürich 2015.

171 Vgl. Geiges, „... und am höchsten das Licht“, S. 110.

172 Auguste Rollier, *Die Heliotherapie der Tuberkulose. Mit besonderer Berücksichtigung ihrer chirurgischen Formen*, Berlin/Heidelberg 1913, S. 5.

173 Vgl. ebd., S. 1–9.

174 Vgl. o. A., *Gesünder durch Sonne!* In: *Volksgesundheit, Zeitschrift für naturgemäße Lebens- und Heilweise*, 27/13 (1934), S. 227–231, zitiert S. 227.

175 Johann Paul Maag, *Rückblicke*, in: *Volksgesundheit*, 24/19 (1931), S. 370.

Luftbäder, vegetarische Diäten und Gartenarbeit: Naturheilanstalten als touristische Gesundheitsunternehmen

Während die Höhenkliniken vor allem Tuberkulosekranke behandelten, bildeten sich im ausgehenden 19. Jahrhundert immer mehr Naturheilanstalten und Sanatorien, die sich auf die Behandlung sogenannter Zivilisationskrankheiten spezialisierten. Ihre Patienten klagten über Stoffwechsel-, Verdauungs- und Kreislaufprobleme wie auch über eine wachsende Anzahl psychischer Erkrankungen. Um 1900 hatte sich das Leben in der modernen Gesellschaft fortlaufend beschleunigt. Nicht nur die neuen Transportmöglichkeiten bewegten die Menschen immer schneller von einem zum anderen Ort, auch das Arbeitstempo nahm beständig zu. Durch die industrielle Massenproduktion, Technisierung und hochgradige Arbeitsteilung in den Fabriken und Büros wurde nicht nur die Effizienz der Produktionsanlagen gesteigert, auch die Angestellten waren Teil der Rationalisierungsprozesse. Im Takt der Stechuhren wurde ihr Alltag nach einem neuen Rhythmus geordnet. Bald fühlten sich immer mehr Menschen vom Tempo der Arbeitswelt gehetzt und unter wachsenden Leistungsdruck gesetzt. Zugleich erzeugten die wachsende Geräuschkulisse, das elektrische Licht und zahlreiche Freizeit- und Konsumangebote in den Städten neue Reize, die selbst in der Nacht kaum abklangen. Immer mehr Menschen klagten deshalb unter unspezifischen Symptomen wie innerer Unruhe, Erschöpfung, Kopfschmerzen und Verdauungsproblemen, die oft als „Nervosität“ oder „Neurasthenie“ bezeichnet wurden. Wie der Historiker Joachim Radkau schreibt, bestand die Leistung dieser Begriffe darin, „daß sie vielerlei Beschwerden und Spannungszustände gleichnamig machten, diese in ein großes psychosomatisches Krisenbewußtsein leiteten und dadurch Gegenreaktionen großen Stils ermöglichten.“¹⁷⁶

Zur Bewältigung „nervöser“ Leiden und anderer „Zivilisationskrankheiten“ bot eine wachsende Anzahl Naturheilanstalten verschiedenste Kurbehandlungen an. Neben Wasser-, Licht- und Luftkuren und verschiedensten Diäten kamen nun auch Massagen, Elektro- und Magnetfeldbehandlungen, Bewegungs- und Entspannungstherapien hinzu. Zugleich öffneten sich die Naturheilanstalten für immer weitere Kreise der Bevölkerung. Vor allem nach 1900 gab es zahlreiche Volkssanatorien, die Naturheilbehandlungen zu günstigen Preisen anboten. Ferner schritt die Professionalisierung des Kurbetriebs

176 Vgl. Joachim Radkau, *Das Zeitalter der Nervosität. Deutschland zwischen Bismarck und Hitler*, München 1998, S. 19–33 u. 190–215, zitiert S. 460; Siehe zur Behandlung der Nervosität in Nervenheilanstalten und Sanatorien vor allem auch S. 107–121.

weiter voran. Immer mehr Naturheilanstalten wurden durch approbierte Ärzte geleitet oder stellten Schulmediziner als ärztliche Fachpersonen ein. Gleichzeitig sollte der Aufenthalt im Kurhaus nicht mehr nur ein notwendiges Übel für Kranke sein, sondern auch ein erholsames und gesundheitsoptimierendes Freizeit- und Ferienerlebnis bieten.¹⁷⁷

Im deutschsprachigen Raum gab es vor dem Ersten Weltkrieg bereits um die 300 Kuranstalten mit naturheilkundlichen Angeboten. Viele davon entwickelten sich zu regelrechten Touristenmagneten. Internationale Bekanntheit erlangte beispielsweise Sebastian Kneipps (1821–1897) Wasserkuranstalt im bayrischen Wörishofen. Nach dem Bau eines grossen Behandlungsgebäudes nahm die Einwohnerzahl der Kleinstadt seit den 1890er Jahren rasant zu. Seit 1920 nannte sich der Tourismusort zu Ehren der weltberühmt gewordenen Kneippkuren sogar Bad Wörishofen. Äusserst erfolgreich führte auch Heinrich Lahmann (1860–1905) sein 1888 in einem vornehmen Dresdner Vorort eröffnetes Naturheilsanatorium *Weisser Hirsch*. Das luxuriös eingerichtete Haus steigerte die Patientenzahl bis 1904 auf über 3'000 pro Jahr. Nicht weniger geschäftstüchtig agierte Adolf Just (1859–1936) mit seiner 1896 gegründeten Naturheilanstalt *Jungborn*. Die idyllisch im Harz gelegene Einrichtung bot neben 72 Lufthütten auch kleine Villen zur Übernachtung an. Mit einer umfangreichen Palette an naturheilkundlichen Behandlungsmethoden, aber auch sportlichen Aktivitäten und Freizeitangeboten lockte Just nicht nur schwer kranke Patienten und Patientinnen an, sondern vor allem auch erholungsbedürftige Touristen. Ähnliche Naturheilanstalten gab es um 1900 auch in anderen europäischen Ländern und in Nordamerika.¹⁷⁸ Weltweite Bekanntheit erreichte beispielsweise das 1866 eröffnete *Battle-Creek-Sanatorium* des Erdnussbutter- und Cornflakes-Erfinders John Harvey Kellogg (1852–1943). In Anlehnung an Sylvester Grahams vegetarische Diät und die Prießnitz'sche Wassertherapie baute der akademisch ausgebildete Arzt wenige Stunden östlich von Chicago ein riesiges Gesundheitsunternehmen auf. Mit seinen 600 Betten übertraf es in den 1920er Jahren nicht nur bei Weitem die Ausmasse der deutschen Einrichtungen, sondern gehörte lange Zeit zu den grössten Sanatorien der Welt. Bis 1935 zog es insgesamt über 300'000 Patienten und Patientinnen an. Darunter auch viele Berühmtheiten aus Politik, Wirtschaft und Kultur wie William Taft, Henry Ford oder John D. Rockefeller Jr.¹⁷⁹

177 Vgl. Heyll, Wasser, Fasten, Luft und Licht, S. 173–178.

178 Vgl. Krabbe, Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform, S. 88–92.

179 Vgl. Wirz, Die Moral auf dem Teller, S. 151–167.

In der Schweiz erlangte vor allem Max Bircher-Benners (1867–1939) *Lebendige Kraft* in Zürich einen vergleichbaren Ruf. Der promovierte Arzt setzte auf eine vegetarische Diät mit möglichst viel Rohkost, unverarbeiteten, „vollwertigen“ Nahrungsmitteln, wenig Proteinen, Salz und Zucker und gar keinen Reizmitteln wie Alkohol, Tabak und Kaffee. Nach eigenen Angaben erprobte er diese Ernährung erstmals 1895 bei der Behandlung einer magenkranken Frau in seiner Praxis im Zürcher Arbeiterquartier Aussersihl. Um sich mit den Naturheilmethoden besser vertraut zu machen, besuchte Bircher-Benner auf einer Studienreise im Sommer 1897 mehrere bekannte Naturheilärzte wie Heinrich Lahmann (1860–1905) in Dresden und Wilhelm Winternitz (1834–1919) in Wien. Wieder zurück in der Schweiz eröffnete er eine Privatklinik im Zürcher Villenquartier Hottingen am Zürichberg, die er ab 1903 in mehreren Etappen zur wohl bekanntesten Naturheilstätte der Schweiz ausbaute.¹⁸⁰ Bis 1912 erweiterte er das Sanatoriumsgebäude mit drei Chalets, die in ihrem rustikalen Baustil den Anschein eines Bergdorfes erwecken sollten.¹⁸¹ Mit steigender Bekanntheit entwickelte sich das Sanatorium zu einem internationalen Treffpunkt für Politiker, Künstlerinnen und Unternehmer. Im Mai 1909 verbrachte unter anderem Thomas Mann (1875–1955) einige Wochen in der Obhut Bircher-Benners. Die Begegnungen mit Patienten und Erfahrungen mit den strengen Sanatoriumsregeln verarbeitete der deutsche Schriftsteller wenige Jahre später in seinem Roman *Zauberberg* (1924).¹⁸²

Zu Bircher-Benners sogenannter Ordnungstherapie gehörten ein streng durchorganisierter Tagesablauf mit Spaziergängen, Luftbädern, Wasseranwendungen und Gartenarbeit sowie individuell auf die Gäste abgestimmte Mahlzeiten. Mit „Ordnung, Regelmässigkeit und Pünktlichkeit“ sollten die Patienten und Patientinnen aus ihrem ungesunden Alltag gerissen werden und sich dem neuen Tagesablauf unterordnen. Mit paternalistischer Strenge verknüpfte Bircher-Benner bürgerlich gekennzeichnete Ordnungs- und Arbeitsideale mit naturheilkundlichen Gesundheitsidealen. Vegetarische Diätregeln und strenge Körperpraktiken verschmolzen mit der Forderung nach Mässigkeit, Sauberkeit und Leistungsfähigkeit. Die Patienten und Patientinnen unterwarfen sich

180 Vgl. ebd., S. 51 f.

181 Vgl. Thomas Inglin, *Architekturgeschichte der Bircher-Benner-Klinik*, in: Eberhard Wolff (Hg.), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010, S. 32 ff.

182 Vgl. Eberhard Wolff, *Zwischen „Zauberberg“ und „Zuchthaus“*. Das Sanatorium „Lebendige Kraft“ von Max Bircher-Benner, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 27 f.

freiwillig einem unerbittlichen Kontrollregime, um den gesundheitsorientierten Lebensstil der Anstalt zu verinnerlichen und im Alltag weiterzuführen.¹⁸³

Unweit von Bircher-Benner hatte der Naturheilarzt Friedrich Fellenberg (1867–1952) bereits 1898 eine weitere Kuranstalt eröffnet. Nach Aufenthalt bei Kneipp in Wörishofen und Lahmann in Dresden setzte Fellenberg ebenfalls auf ein Betriebskonzept, das eine breite Palette an Kurangeboten mit Hotelerservice und touristischen Erlebnissen kombinierte. Die *Naturheilanstalt Erlenbach* umfasste sechs Häuser mit 135 Betten. Neben vegetarischen Diäten ermöglichten mehrere Lufthütten, Gartenanlagen und Balkone sowie elektrische Höhen-sonnen ausgiebige Licht- und Luftbehandlungen.¹⁸⁴ Zum Kurangebot gehörten auch verschiedene Bäder und Duschen sowie Packungen, Abreibungen und Massagen. Die Kurregeln schrieben viel Bewegung, Gymnastik und Massagen vor. Die Behandlungen wurden dabei einzeln abgerechnet. Eine kalte Abreibung kostete beispielsweise 1.20 Fr. und eine Körpermassage schlug mit 2.50 Fr. zu Buche.¹⁸⁵ Zwar folgte auch die Kur in Erlenbach einem klaren Tagesablauf, aber im Unterschied zu Bircher-Benners Gesundheitsregime setzte Fellenberg mehr auf Entspannung und individualisierte Angebote. In einem Prospekt betonte er die „völlige Ungezwungenheit“ des Kuraufenthaltes: „Der Geist des Hauses ist ein freundlich-familiärer, darauf gerichtet, dass auch die seelische Stimmung unserer Gäste wieder ins Gleichgewicht kommt, ohne welches eine körperliche Gesundheit nicht möglich ist.“¹⁸⁶ Fellenberg warb zudem mit der „prächtige[n] Aussicht auf die blaugrünen Fluten des Sees“, die „mächtig aufstrebende[...] Grosstadt Zürich“ und die nahen „Firnhäupter der Glarnerberge“. Wegen der guten Verkehrsanschlüsse seien die „Naturschönheiten der inneren Schweiz“ innert kürzester Zeit erreichbar.¹⁸⁷ Ähnlich wie die anderen Einrichtungen zog auch die *Naturheilanstalt Erlenbach* in ihrer Blütezeit um 1900 illustre Gäste wie Ferdinand von Zeppelin (1838–1917) und Franz Kafka (1883–1924) an.¹⁸⁸

183 Vgl. Wirz, *Die Moral auf dem Teller*, S. 121–134; siehe zu Bircher-Benners Ordnungstherapie auch: Wolff, *Moderne Diätetik als präventive Selbsttechnologie*, S. 180–186.

184 Vgl. Roth, *Im Streit um Heilwissen*, S. 117.

185 Vgl. *Naturheilanstalt Erlenbach-Zürich, Kurbuch für Passanten*, Erlenbach 1900, S. 1–7, in: Zentralbibliothek Zürich, *Naturheilanstalt Erlenbach, Dokumentensammlung*, LK 1061.

186 Ebd., S. 14.

187 Ebd., S. 2 f.

188 Vgl. Karl Kuprecht, *Die Naturheilanstalt Fellenberg*, in: *Küsnachter Jahresblätter*, 12 (1972), S. 63 f.

Wandern am Lago Maggiore und Skifahren in den Appenzeller Bergen: Der Kuraufenthalt als gesundes Ferienerlebnis

Ab 1909 leitete Adolf Keller-Hoerschelmann (1879–1969) die *Naturheilanstalt Erlenbach*. 1914 eröffnete er in Cademario, westlich von Lugano, ein eigenes Kurhaus mit naturheilkundlichen Behandlungsmethoden. Im Unterschied zum kühlen Winter am Zürichsee sollte das milde Klima im Tessin einen ganzjährigen Kurbetrieb ermöglichen. Nach dem Ersten Weltkrieg wurde das Kurhaus mit einem Luft- und Schwimmbad, Gartenanlagen, Gewächshäusern und einem Neubau mit 80 Zimmern erweitert. Mitte der 1920er Jahre beherbergte der Grossbetrieb gleichzeitig bis zu 200 Gäste. Das Kurprogramm orientierte sich am Tagesablauf der Zürcher Naturheilanstalten. Schon früh morgens wurden die Gäste geweckt. Es folgten Abwaschungen und Morgenturnen, Tiefatmen und Singen. Nach dem Frühstück absolvierten die Patienten und Patientinnen abwechselnde Behandlungen im Licht-, Luft- oder Wasserbad. Zum täglichen Ablauf gehörten auch kulturelle Angebote wie Vorträge, Aufführungen und Tanzveranstaltungen sowie Ausflüge und Wanderungen im Gebiet zwischen Lago di Lugano und Lago Maggiore.¹⁸⁹

Bereits Anfang der 1920er Jahre versuchte das *Kurhaus Cademario* nicht nur Kranke als Kurgäste zu gewinnen, sondern auch Feriengäste ohne gesundheitliche Beschwerden anzulocken. So warb Keller-Hoerschelmann für die sogenannte Ferienkur. In der heutigen Zeit würden „Körper und Nerven durch die Arbeit“ stark belastet. Darum habe „jeder Mensch einmal im Jahr das Recht, sich gut auszuruhen und neue Kräfte zu sammeln.“ Um die „alten Schlacken“ aus dem Blut zu entfernen, sei es „durchaus zweckmässig, auch wenn man nicht krank ist, Luft- und Sonnenbäder, Wasserbäder aller Art, Massagen, Gymnastik, Atemübungen etc. mitzumachen.“ Auch gesunde Gäste sollten mit naturheilkundlichen Praktiken an der eigenen Gesundheit arbeiten und ihren Körper optimieren.¹⁹⁰ Das *Kurhaus Cademario* etablierte damit einen Gesundheitstourismus, der sich nicht mehr nur auf Kranke fokussierte, sondern Aufenthalte in Naturheilanstalten als Ferienprogramm und Selbstoptimierungsangebot vermarktete. Naturheilärzte wie Keller-Hoerschelmann ebneten damit den Weg für die Wellness-Bewegung in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts.

189 Vgl. Martin Aegerter, Ein Pionier „naturgemässer Lebens- und Heilweise“. Dr. med. Adolf Keller-Hoerschelmann (1. Dezember 1879 - 17. August 1969): Leben und Werk, Bern 1997, S. 11–48.

190 Adolf Keller-Hoerschelmann, Die Bedeutung der Ferienkur, in: Volksgesundheit, 14/14 (1921), S. 223.

Andere Einrichtungen wie die *Kuranstalt Sennrüti* in Degersheim verfolgten ähnliche Ziele. Der Stickereifabrikant und Eisenbahnunternehmer Isidor Grauer-Frey (1859–1940) gründete die St. Galler Kuranstalt 1904 und stellte zwei Jahre später Friedrich von Segesser (1873–1945) als leitenden Arzt ein. Als glühender Anhänger Arnold Riklis setzte Segesser vor allem auf das Licht- und Luftbaden als wichtigste Behandlungsmethode im Kurangebot.¹⁹¹ Die Hauptattraktionen der Kuranstalt waren deshalb die beiden 40'000 qm und über 100'000 qm grossen „Luftparks“. Es gab aber auch eine Badeanstalt mit „Einrichtungen für Warm- und Kaltwasserbehandlungen, Bettdampfbäder, elektrische Lichtbäder, Packungen, Diathermie, Galvanisation, Faradisation, Quarzlichtbestrahlung (künstliche Höhensonne).“ Das umfangreiche Kurprogramm beinhaltete Massagen, Gymnastik sowie „Solbad-, Milch-, Rohkost-, Schroth-, Fasten- und andere Kuren“. Besonders wurde auch das „subalpine Klima“ auf 900 Metern über Meer erwähnt, das die Blutbildung fördere, das Nervensystem kräftige und die Verdauung anrege und „so eine energische Steigerung sämtlicher Lebensfunktionen und gleichsam eine Verjüngung des Organismus“ hervorrufe.¹⁹²

Der Aufenthalt in der *Kuranstalt Sennrüti* wurde nicht nur Kranken empfohlen, sondern allen Personen, „die durch das hastige Leben unserer Zeit überarbeitet sind und das seelische Gleichgewicht verloren haben“. Die „Erholungskur“ sollte „an Stelle der üblichen Sommerreisen ins Gebirge oder an die See“ gebucht werden. So lasse sich die gesundheitliche Regeneration mit touristischen Ausflügen zum Säntis, zur Meglisalp, zu den Churfürsten oder an den Seealpen kombinieren. Eine reich bebilderte Broschüre aus den 1920er Jahren zeigte deshalb nicht nur das Kurhaus mit seinen Behandlungsräumen und Bädern, sondern inszenierte auch die Aussicht auf die Ostschweizer Berge, die Sehenswürdigkeiten in Degersheim und sogar die Schlittenbahnen und Skipisten der St. Galler und Appenzeller Alpen als Mehrwert des Kuraufenthalts.¹⁹³ In den frühen 1940er Jahren bezeichnete sich die Kuranstalt dann sogar als „idealer Ferienort“ für den „Wintersport“.¹⁹⁴

Dieser Wandel von der Krankenbehandlung zum sportlichen, gesundheitsorientierten Freizeittourismus zeigte sich in der Zwischenkriegszeit auch in

191 Vgl. Levental, *Der „Sonnendoktor“ Arnold Rikli (1823–1906)*, S. 400.

192 Johann Georg Hagmann, *Kuranstalt Sennrüti Degersheim*, Meiringen 1929, S. 4 ff.

193 Ebd., S. 6

194 Fritz Danzeisen-Grauer, *Wegleitung für die Kurgäste der Kuranstalt Sennrüti, Degersheim 1942*, o.S.

vielen Höhenkurorten. Weil die Zahl der Tuberkulosekranken durch Präventionsmassnahmen und Aufklärungskampagnen in den 1920er Jahren zurückging und sich in dieser Zeit immer mehr Menschen in der Schweiz Ferien leisten konnten, versuchten die Sanatorien ihre leeren Betten mit Feriengästen zu füllen. Diese Neuausrichtung zeigte sich exemplarisch am Höhenkurort Arosa, der in den 1880er Jahren ähnlich wie Davos erste Sanatorien für Tuberkulosekranke errichtete. Mit dem Ausbau der Bahnlinie nach Chur im Jahr 1914 war das Bergdorf nicht nur ganzjährig erreichbar, sondern öffnete sich auch für Kurzaufenthalte. In der Folge prägten zwei Lebensreformer als Kurdirektoren die Neuausrichtung Arosas als gesunde Feriendestination. So begann ab 1915 der Schriftsteller und spätere LdU-Nationalrat Felix Moeschlin (1882–1969) den Wintersport in Arosa einzuführen, um vom „Image des Lungenkurorts für sterbenskranke Schwindsüchtige“ wegzukommen. Er liess nicht nur die Bobbahn erweitern, sondern auch eine Skisprungschanze bauen. Ab 1920 übernahm der Liedermacher, Journalist und Skilehrer Hans Roelli (1889–1962) das Amt des Kurdirektors. Der sportbegeisterte „Volksmusiker“ vergrösserte nicht nur das Wintersportangebot, sondern investierte auch in Tennisplätze und lancierte Schwimmwettbewerbe im Sommer.¹⁹⁵ Um für das gesunde Ferienerlebnis in Arosa zu werben, inszenierten die beiden braun gebrannte Körper beim Skifahren und Schwimmen auf Prospekten und Plakaten. Vor allem der Fotograf Carl Brandt (1893–1972) setzte leicht bekleidete Menschen als Botschafter einer neuen, jugendlichen, nach Licht und Luft verlangenden Generation in Szene.¹⁹⁶

Vegetarische Diäten, barfüssige Propheten und Nackttänzerinnen: Das Sanatorium *Monte Verità* als Gesamtkunstwerk?

Eine besondere Rolle in der Geschichte der Schweizer Naturheilanstalten nahm der *Monte Verità* in Ascona ein. Im Sommer 1899 lernten sich die deutsche Pianistin Ida Hofmann (1864–1926), der Belgier Henri Oedenkoven (1875–1935) und der österreichische Offizier Karl Gräser (1875–1920) in Arnold Riklis

195 Vgl. Ueli Haldimann, Arosa. Hermann Hesse, Thomas Mann und andere in Arosa: Texte und Bilder aus zwei Jahrhunderten, Zürich 2001, S. 101–113 zitiert S. 101: Sowohl Moeschlin als auch Roelli pflegten Verbindungen mit lebensreformerischen Gruppierungen wie der Abstinenzbewegung und dem Wandervogel. Siehe zu Moeschlin auch Kapitel 6.4.

196 Vgl. Marcel Just, Mode der Zeit. Sonnenkult und Körperkultur, in: Ders. (Hg.), Arosa. Die Moderne in den Bergen, Zürich 2007, S. 148–153; siehe dazu auch: Susan Barton, Healthy Living in the Alps. The Origins of Winter Tourism in Switzerland, 1860–1914, Manchester 2008.

Naturheilanstalt in Veldes kennen. Ein Jahr später machten sie sich auf den Weg, um im Tessin eine selbstversorgende Siedlung zu gründen. In Ascona am Lago Maggiore wurden sie fündig und kauften auf einer kleinen Anhöhe für 150'000 Franken etwa vier Hektar Land. Zwar konnte der wohlhabende Industriellensohn Oedenkoven die Summe durch die Unterstützung seiner Eltern aufbringen, die langfristige Finanzierung der Tessiner „Vegetarierkolonie“ war

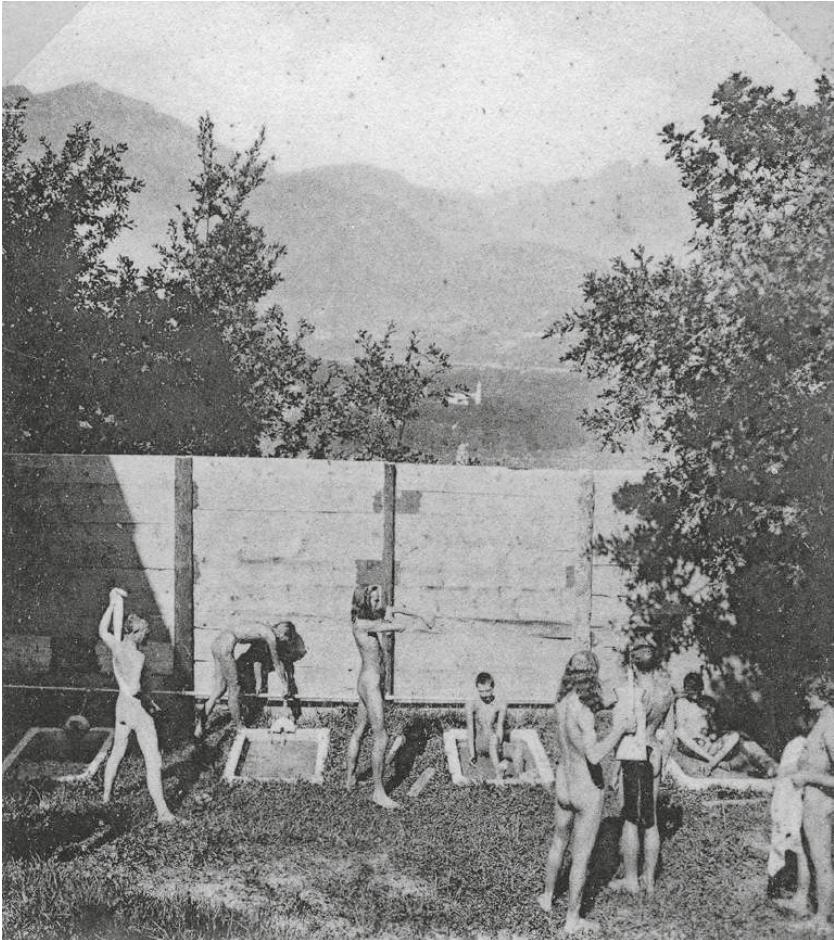


Abbildung 2: Die Gäste des Sanatoriums Monte Verità legten sich im Licht- und Luftbad nackt in die Sonne. Ein hoher Bretterzaun schützte vor neugierigen Blicken. (ca. 1905)

damit aber nicht gesichert. Deshalb eröffneten sie 1903 eine Naturheilanstalt, um das Unterfangen auf eine solide finanzielle Grundlage zu stellen.¹⁹⁷ Um sich über die gängigen Behandlungsmethoden und Betriebskonzepte zu informieren, besuchten Hofmann und Oedenkoven unter anderem Fellenbergs *Naturheilanstalt Erlenbach* am Zürichsee und die *Wasserheilanstalt Albisbrunn*.¹⁹⁸

Bis 1905 umfasste das *Sanatorium Monte Verità* mehrere Lufthütten, die den Gästen das nackte Luft- und Sonnenbad in möglichst privatem Rahmen ermöglichten. An den sonnenzugewandten Frontseiten konnten die Türen und Fenster weit geöffnet werden, sodass Licht und Luft in den Innenraum gelangen konnten. Die Lufthütten waren zwar schlicht eingerichtet, verfügten jedoch über Wasser- und Stromanschluss. Zwei sichtgeschützte Luftbadegelände mit Sportgeräten für die körperliche Ertüchtigung ergänzten das Angebot. Eine Glashalle ermöglichte sogar Sonnenbäder im Winter. Neben der „atmosphärischen Kur“ zählte die vegetarische Diät zu den bewährten Naturheilbehandlungen, die auf dem *Monte Verità* erhältlich waren. Die strikten Ernährungsvorschriften – anfänglich nur Rohkost – wurden jedoch im Laufe der Betriebszeit immer weiter gelockert, um mehr zahlungskräftige Gäste anzuziehen. Dadurch entwickelte sich der *Monte Verità* bereits kurz nach seiner Gründung zu einem marktwirtschaftlich ausgerichteten Unternehmen, das vom wachsenden Gesundheitstourismus im Tessin profitierte.¹⁹⁹ Wie die Naturheilanstalten in Zürich lockte auch das *Sanatorium Monte Verità* viele bekannte Persönlichkeiten an. Unter ihnen waren Schriftsteller, Intellektuelle und Künstlerinnen wie Hermann Hesse (1877–1962), Erich Mühsam (1878–1934), Otto Gross (1877–1920) oder Franziska zu Reventlow (1871–1918).²⁰⁰

Diese kommerzielle Ausrichtung war jedoch unter den Mitgliedern der ursprünglichen „Vegetarierkolonie“ umstritten. Das alternative Wohnprojekt zog vor allem Interessierte aus Deutschland an. Unter ihnen waren exzentrische Aussteiger wie Karl Gräfers Bruder Gustav „Gusto“ Gräser (1879–1958), der einen radikalen Bruch mit der bürgerlichen Gesellschaft propagierte.²⁰¹ Der deutsche Maler und Fürsprecher einer „kommunistische[n] Kolonie“ mit

197 Siehe zur Geschichte des Monte Verità: Andreas Schwab/Claudia Lafranchi (Hg.), *Sinnsuche und Sonnenbad. Experimente in Kunst und Leben auf dem Monte Verità*, Zürich 2001; Andreas Schwab, *Monte Verità. Sanatorium der Sehnsucht*, Zürich 2003.

198 Vgl. Ida Hofmann, *Monte Verità. Wahrheit ohne Dichtung*, Lorch 1906, S. 65 f.

199 Vgl. Schwab, *Monte Verità*, S. 113–138.

200 Vgl. ebd., S. 145 ff.

201 Siehe zu Gusto Gräser: Linse, *Barfüssige Propheten*, S. 68–75.

Gütergemeinschaft geriet bald in Konflikt mit Hofmann und Oedenkoven, die sich zwar auch eine „einfache[...] und natürliche[...] Lebensweise“ wünschten, jedoch unter der Wahrung des „persönlichen Eigentumsrecht[s]“ und mit einem antikapitalistischen, aber marktwirtschaftlichen und leistungsorientierten Unternehmertum argumentierten.²⁰² Gusto Gräser verliess daraufhin den *Monte Verità* und besuchte andere Orte experimenteller Lebensweisen.²⁰³

Obwohl sich die Leiter des Sanatoriums vehement gegen die barfüssigen Propheten mit Tunika, Kniehosen, langen Haaren und Hirtenstab wie Gusto Gräser abgrenzten und stattdessen in Inseraten mit ihren fortschrittlichen Behandlungsmethoden und der modernen Einrichtung warben, erlangte der *Monte Verità* vor allem wegen der nackten „Naturmenschen“ Bekanntheit. Ab 1906 erschienen in deutschen und italienischen Zeitungen mehrere Reportagen über langhaarige Aussteiger, die sich von Beeren ernähren und in Erdlöchern hausten. Wie der Historiker Andreas Schwab betont, sträubten sich Hofmann und Oedenkoven gegen die Instrumentalisierung der vermeintlichen „Naturmenschen“, zugleich nutzen sie die mediale Aufmerksamkeit, um für das Sanatorium zu werben.²⁰⁴ Aufsehen erregten auch die sogenannten Nackttänzerinnen, die immer wieder in Ascona Halt machten. Der Choreograf Rudolf von Laban (1879–1958) machte den *Monte Verità* ab 1913 zu einem wichtigen Knotenpunkt des Ausdruckstanzes. Bis 1919 hielt er jeden Sommer in seiner *Schule für Bewegungskunst* Tanzkurse ab und führte seine Stücke auf. Die Tänzer und Tänzerinnen waren leicht bekleidet oder sogar nackt, um sich besser mit der umgebenden Natur verbunden zu fühlen. Zu den bekanntesten Teilnehmerinnen der Tanzschule auf dem *Monte Verità* gehörten Mary Wigman (1886–1973), Katja Wulff (1890–1992) und Suzanne Perrottet (1889–1983), wie

202 Hofmann, *Monte Verità*, S. 6 f. u 26; siehe zum „Richtungsstreit“ auch: Schwab, *Monte Verità*, S. 90–99.

203 In ihrem 1906 veröffentlichten Rückblick auf die Entstehungszeit des *Monte Veritàs* hatte Hofmann nur Spott für Gusto Gräser übrig. So schreibt sie, dass sich hinter Gräsers „angebliche[r] Bedürfnislosigkeit“ lediglich „Bettelei und Arbeitsscheu“ verberge. Er sei sogar zu träge, um sein „angeborenes Künstlertalent“ weiterzubilden. Stattdessen hoffe er „durch seine volltönende Stimme und ein allgemeines Phrasentum über Liebe und Brüderlichkeit“ bei Bauern und einfachen Leuten „milde Gaben, Speisung und Wohnung“ zu erhalten: Hofmann, *Monte Verità*, S. 17.

204 Vgl. Andreas Schwab, *Ohne Hintergedanken? Ambivalente Stilisierung der Nacktheit auf dem Monte Verità*, in: Kerstin Gernig (Hg.), *Nacktheit. Ästhetische Inszenierung im Kulturvergleich*, Köln 2002, S. 125–129.

auch die Künstlerin Sophie Taeuber (1889–1943), die sich später als eine der wichtigsten Schweizer Vertreterinnen des Dadaismus einen Namen machte.²⁰⁵

Wegen der wachsenden Konkurrenz vergleichbarer Einrichtungen im In- und Ausland hatte das Sanatorium immer wieder mit finanziellen Schwierigkeiten zu kämpfen. Der Erste Weltkrieg verursachte dann einen massiven Einbruch der Gästezahlen, von dem sich der Kurbetrieb nicht mehr erholen konnte. Im Januar 1920 verliessen Oedenkoven und Hofman den *Monte Verità*. In der Folge wurde das Sanatorium in einen normalen Hotelbetrieb umgewandelt und geriet langsam in Vergessenheit.²⁰⁶ Erst der Kurator Harald Szeemann (1933–2005) rückte das Sanatorium und seine Gäste in den 1970er Jahren durch eine publikumswirksame Wanderausstellung wieder ins öffentliche Bewusstsein und erklärte den *Monte Verità* und seine Umgebung zur „neuezeitlichen sakralen Topographie“ und „Bermudadreieck des Geistes“.²⁰⁷ Auch der Historiker Janos Frecot erkannte im *Monte Verità* ein „zentrales Versuchsfeld für alternative Lebensformen zwischen Jahrhundertwende und erstem Weltkrieg“ und konstatierte dem Sanatorium einen „bedeutenden Ruf“ innerhalb der deutschen und schweizerischen Naturheilbewegung.²⁰⁸ Zumindest für das Sanatorium muss diese Deutung relativiert werden. Weder das Gelände und

205 Bemerkenswert waren auch die Verbindungen zwischen dem Monte Verità und dem Zürcher Dadaismus. Labans Tanzschülerinnen arbeiteten ab 1915 in der *Laban-Schule* in Zürich. In der gleichen Stadt trafen sich ab 1916 die Dadaisten im *Cabaret Voltaire*. Bald gab es Kooperationen zwischen den beiden Künstlerinnengruppen. Spätestens seit 1917 wirkten Tänzerinnen der *Laban-Schule* in Aufführungen im *Cabaret Voltaire* mit und Dadaisten wie Emmy Hennings (1885–1948) und Hugo Ball (1886–1927) besuchten Veranstaltungen auf dem *Monte Verità*. Auch Sophie Taeuber kehrte mit ihrem späteren Ehemann Hans Arp (1886–1966) immer wieder nach Ascona zurück: vgl. Mona De Weerdt/Andreas Schwab, *Ästhetische Rebellion. Ausdruckstanz und Avantgarde*, in: Dies. (Hg.), *Monte Dada. Ausdruckstanz und Avantgarde*, Bern 2018, S. 13–19.

206 Vgl. Schwab, *Monte Verità*, S. 135–138.

207 Harald Szeemann, *Monte Verità. Berg der Wahrheit*, in: Ders. (Hg.), *Monte Verità – Berg der Wahrheit. Lokale Anthropologie als Beitrag zur Wiederentdeckung einer neuezeitlichen sakralen Topographie*, Milano 1978, S. 6.

208 Janos Frecot, *Landkrone über Europa. Der Monte Verità als zentrales Versuchsfeld für alternative Lebensformen zwischen Jahrhundertwende und erstem Weltkrieg*, in: Harald Szeemann (Hg.), *Monte Verità – Berg der Wahrheit. Lokale Anthropologie als Beitrag zur Wiederentdeckung einer neuezeitlichen sakralen Topographie*, Milano 1978, S. 55 u. 61.

die Einrichtung noch die Behandlungsmethoden fielen aus dem Rahmen der um 1900 bereits weitverbreiteten Kurangebote. Auch in den Erinnerungen und Chroniken der Schweizer Naturheilbewegung kam das *Sanatorium Monte Verità* praktisch nicht vor. In Rückblicken auf die eigene Entstehungsgeschichte wurde zwar auf Rikli, Hahn, Fellenberg oder Keller-Hoerschelmann verwiesen, jedoch nie ein Wort über die Gründer des *Monte Verità* verloren.²⁰⁹ Zweifellos war das Tessiner Dorf am Lago Maggiore im frühen 20. Jahrhundert ein internationaler Knotenpunkt innovativer Kunstströmungen und Treffpunkt der intellektuellen Elite dieser Zeit, für die Geschichte der Naturheil- und Lebensreformbewegung spielte der *Monte Verità* jedoch eine kleinere Rolle als es die intensive historiografische Beschäftigung vermuten lässt.²¹⁰

2.3 Sonnenbäder, Volksaufklärung und Sozialpolitik: Die Schweizer Naturheilbewegung als biopolitischer Akteur

Zwischen Hygiene, öffentlicher Gesundheit und Biopolitik: Das neue Interesse an der Gesundheit der Bevölkerung

Seit dem Zeitalter der Aufklärung im 18. Jahrhundert versuchten Ärzte und Naturwissenschaftler die Ursache von Krankheiten multikausal zu begründen und Gesundheit unter einer gesamtgesellschaftlichen Perspektive zu definieren. Unter dem Begriff „Hygiene“ wurden immer mehr Umwelteinflüsse, Verhaltensweisen und soziale Faktoren als gesundheitsrelevant markiert. Eine eigentliche „Hygienerevolution“ leiteten aber erst die neuen, medizinischen und naturwissenschaftlichen Erkenntnisse im 19. Jahrhundert ein. Experimentelle Versuche im Labor, gezielte Beobachtungen, statistische und demografische Erhebungen lieferten die Grundlagen hygienischer Interventionen in der Stadtplanung, der öffentlichen Verwaltung und der medizinischen Versorgung. Um beispielsweise die Ausbreitung ansteckender Seuchen wie Cholera und Typhus einzudämmen und die Lebensverhältnisse in den schnell wachsenden Städten zu verbessern, beschäftigten sich Hygieniker mit der Frischwasser- und Abwasserversorgung, konzipierten neue Bestattungsregeln auf den Friedhöfen,

209 Siehe u. a. Johann Paul Maag, Rückblicke, in: *Volksgesundheit*, 24/19 (1931), S. 369 f.

210 Vgl. Stefan Rindlisbacher, Am Anfang war der Monte Verità? Zur Entstehung der Lebensreform in der Schweiz, in: Gabriele Guerra (Hg.), *Tra ribellione e conservazione. Monte Verità e la cultura tedesca*, Rom 2019, S. 41–54.

arbeiteten an einer effizienteren Abfallbeseitigung und setzten sich für den Bau neuer Badeanstalten, Krankenhäuser und Pflegeeinrichtungen ein.²¹¹

Um ihre Massnahmen zu begründen, griffen Hygieniker anfänglich noch auf Krankheitsvorstellungen zurück, die bereits in der Antike formuliert wurden. Hippokrates hatte Verwesungs- und Fäulnisprozesse in Luft und Wasser als Ursache verschiedener Seuchen identifiziert. Noch bis ins 19. Jahrhundert wurden diese „Miasmen“ für die Entstehung der Cholera verantwortlich gemacht. Um die Ausbreitung der Krankheit zu stoppen, sollten deshalb Wohnhäuser, Strassen und öffentliche Einrichtungen von Schmutz, Abfall und Gestank befreit werden. Erst in den 1870er Jahren wurde die eigentliche Ursache von Infektionskrankheiten entdeckt: Der deutsche Arzt und Hygieniker Robert Koch (1843–1910) konnte in Laborexperimenten verschiedene Keime isolieren – darunter die Cholera-, Milzbrand- und Tuberkulose-Erreger. Um die Ausbreitung dieser Mikroorganismen zu verhindern, sollten Infektionsquellen gezielt beseitigt und Übertragungswege durch Isolations- und Desinfektionsmassnahmen unterbrochen werden.²¹² Dieses wissenschaftlich angeleitete Streben nach Sauberkeit entwickelte sich in der Folge nicht nur zur wichtigsten Leitidee der Hygienebewegung, sondern etablierte sich auch als bürgerliche Tugend.²¹³

Zugleich beobachteten Hygieniker, dass das Leben in engen, dunklen Wohnungen, anstrengende Arbeit, Drogenkonsum oder mangelhafte Ernährung die Menschen für Infektionskrankheiten wie Tuberkulose anfällig machte. Besonders die ärmeren Bevölkerungsschichten waren davon am stärksten betroffen. Offenbar lösten nicht nur mikroskopisch kleine Erreger Krankheiten aus, die Gesundheit der Menschen wurde auch durch ihre Lebensumstände beeinflusst. Deshalb setzten sich Ärzte und Wissenschaftler unter der Bezeichnung „Sozialhygiene“ für eine bessere Lebensmittelversorgung ein, starteten Kampagnen gegen Alkohol- und Drogenkonsum, regten sozialen Wohnungsbau an,

211 Vgl. Labisch, *Homo Hygienicus*, S. 114–132; Briesen, *Das gesunde Leben*, S. 119–137; siehe zur Hygienebewegung und Geschichte der öffentlichen Gesundheitspflege u. a. auch: Dorothy Porter, *Health, Civilization and the State. A History of Public Health From Ancient to Modern Times*, London 1999; George Rosen, *A History of Public Health*, Baltimore 2015.

212 Vgl. Labisch, *Homo Hygienicus*, S. 132–141; siehe dazu auch: Philipp Sarasin et al. (Hg.), *Bakteriologie und Moderne. Studien zur Biopolitik des Unsichtbaren 1870–1920*, Frankfurt a. M. 2007.

213 Siehe zu den bürgerlichen Reinlichkeitsvorstellungen u. a.: Manuel Frey, *Der reinliche Bürger. Entstehung und Verbreitung bürgerlicher Tugenden in Deutschland, 1760–1860*, Göttingen 1997.

prüften die Qualität der Schulausbildung und die Sicherheit am Arbeitsplatz und bekämpften die Ausbreitung von Geschlechtskrankheiten.²¹⁴

Dieser Vorsorgegedanke wurde im Verlauf des 20. Jahrhunderts in der Sozial- und Präventionsmedizin weiterentwickelt.²¹⁵ Anstatt die Menschen mühsam gesundzupflegen, sollten sie gar nicht erst krank werden. Einige Ärzte versuchten schon seit dem 18. Jahrhundert der Bevölkerung durch öffentliche Aufklärungsarbeit Gesundheitswissen zu vermitteln. Mit seinem populärwissenschaftlichen Buch *Avis au Peuple sur sa santé* (1761) gehörte unter anderem der Schweizer Arzt Auguste Tissot (1728–1797) zu den ersten Verfechtern dieser volksaufklärerischen Gesundheitsprävention. Im 19. Jahrhundert vermittelten populäre Zeitschriften wie die *Blätter für Gesundheitspflege* (1872) oder *Feuilles d'hygiène et de police sanitaire* (1875) Anleitungen für eine gesündere Lebensweise. Mit Vorträgen und Kursen beteiligten sich auch bürgerlich-philanthropische Vereine wie die 1867 in Zürich gegründete *Gesellschaft für öffentliche Gesundheitspflege* oder die 1874 in Lausanne gegründete *Société d'hygiène* an der Aufklärungsarbeit.²¹⁶ Damit auch die Kinder vom neuen Gesundheitswissen profitieren konnten, versuchten Hygieniker und Ärzte seit der Mitte des 19. Jahrhunderts Einfluss auf die Schulausbildung zu nehmen. Dort regten sie unter anderem Turn- und Gymnastikunterricht an, verlangten mehr Erholung durch Freizeit und Ferien für die Kinder, verteilten gesunde Lebensmittel in der Schule, setzten sich für saubere Klassenzimmer mit funktionaler Inneneinrichtung ein und förderten den Aufklärungsunterricht gegen Alkoholmissbrauch. Um 1900 wurden dann spezialisierte Schulärzte eingesetzt, die medizinische Vorsorgeuntersuchungen durchführten, um frühzeitig Haltungsschäden, Kurzsichtigkeit, Zahnkaries oder Tuberkuloseerkrankungen zu erkennen.²¹⁷

Auf Anregung bekannter Wissenschaftler wie Max von Pettenkofer (1818–1901) wurden seit den 1870er Jahren erste Lehrstühle für Hygiene eingeführt und

214 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 139–176.

215 Siehe zur Geschichte der Präventionsmedizin: Martin Lengwiler/Jeannette Madarasz (Hg.), Das präventive Selbst. Eine Kulturgeschichte moderner Gesundheitspolitik, Bielefeld 2010.

216 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 53–56; siehe zur Popularisierung der neuen Gesundheitsvorstellungen und Hygienepraktiken u. a. auch: Beatrix Mesmer (Hg.), Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900, Zürich 1997; Sarasin, Reizbare Maschinen, S. 147–172.

217 Vgl. Michèle Hofmann, Gesundheitswissen in der Schule. Schulhygiene in der deutschsprachigen Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert, Bielefeld 2016.

das Medizinstudium mit entsprechenden Vorlesungen ergänzt. Auch staatliche Organe bekundeten ein zunehmendes Interesse am Wohlergehen ihrer Untertanen. Die Empfehlungen von Ärzten, Hygienikern und Wissenschaftlern fanden nun Eingang in die Gesetzgebung und die Städte nutzten das Expertenwissen, um ihre Infrastruktur den Bedürfnissen der wachsenden Bevölkerung anzupassen. In der Schweiz war der Arzt Jakob Laurenz Sonderegger (1825–1896) ein wichtiger Taktgeber der öffentlichen Gesundheitspflege. Als Mitglied der St. Galler Sanitätskommission prägte er eines der ersten kantonalen Gesundheitsgesetze, das die Aufsicht über die Wasserversorgung, Abfallbeseitigung, Lebensmittelkontrolle, Gewerbeinspektion, Schulpflege und das Wohnungswesen regelte. Bis 1900 installierten die meisten Schweizer Kantone entsprechende Gesetze und Kontrollinstanzen. Auch auf bundesstaatlicher Ebene geriet die Gesundheit der Bevölkerung zunehmend in den Fokus: Unter anderem regte das 1877 eingeführte „Fabrikgesetz“ eine Verbesserung der Arbeitsbedingungen an und verbot die Kinderarbeit. Das bereits erwähnte Epidemiegesetz stattete 1886 die Bundesregierung mit Kompetenzen zur Bekämpfung ansteckender Seuchen wie Cholera, Pocken und Pest aus. Nicht zuletzt wurde 1911 nach langem Ringen eine allgemeine Kranken- und Unfallversicherung eingeführt. Im Verlauf des 20. Jahrhunderts wurde diese Sozial- und Gesundheitsgesetzgebung in der Schweiz noch wesentlich weiter ausgebaut.²¹⁸

Michel Foucault bezeichnete diesen regulierenden Zugriff auf die Gesundheit der Bevölkerung als Biopolitik. Darunter werden Machttechniken summiert, die darauf zielen, die Sterblichkeits- und Geburtenraten zu beeinflussen, die Leistungsfähigkeit der Bevölkerung zu steigern und das allgemeine Gesundheitsniveau zu heben.²¹⁹ Die Bevölkerung wurde seit dem 18. Jahrhundert zunehmend als wirtschaftlich und militärisch nutzbare Ressource erkannt, die es zu regulieren, lenken und pflegen gelte, um möglichst fleissige Arbeitskräfte, gesunde Mütter, kräftige Soldaten und kauffreudige Konsumenten zu erzeugen.²²⁰ Mit dem Aufstieg der Nationalstaaten erhielten vor

218 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 75–138; siehe zur Geschichte der sozialen Sicherheit in der Schweiz auch: Martin Lengwiler, Risikopolitik im Sozialstaat. Die schweizerische Unfallversicherung 1870–1970, Köln 2006.

219 Siehe dazu: Michel Foucault, Der Wille zum Wissen, Frankfurt a. M. 1977; Michel Foucault, Die Geburt der Biopolitik. Geschichte der Gouvernamentalität II, Vorlesung am Collège de France 1978/1979, Frankfurt a. M. 2006.

220 Vgl. Jörg Vögele/Wolfgang Woelk, Der „Wert des Menschen“ in den Bevölkerungswissenschaften vom ausgehenden 19. Jahrhundert bis zum Ende der Weimarer

allem staatliche Akteure immer mehr Zugriffsmöglichkeiten auf ihre Bevölkerung und die Körper ihrer Bürger und Bürgerinnen. Neben kollektiv wirksamen Massnahmen der öffentlichen Gesundheitspflege wie eine verbesserte medizinische Versorgung, Impfkampagnen, Kanalisationen, Abfallentsorgung oder Lebensmittelsicherheit gab es zunehmend auch Versuche, das individuelle Gesundheitsverhalten der Bevölkerung zu beeinflussen. Ob Sexualität, Ernährung, Drogenkonsum oder Freizeitaktivitäten – sämtliche Bereiche des alltäglichen Lebens, die sich in irgendeiner Weise auf die Gesundheit des Menschen, seine Arbeitskraft und Reproduktionsfähigkeit auswirkten, sollten nach wissenschaftlichen Erkenntnissen erfasst, erforscht und reguliert werden. Diese Massnahmen reichten von Aufklärungskampagnen und Gesundheitsunterricht über die Förderung gesunder Lebensmittel und Einschränkung des Alkohol-, Tabak- und Drogenkonsums bis hin zu Eingriffen in die persönliche Freiheit des Individuums wie Heiratsverbote, Abtreibungsverbote, Zwangseinsweisungen und Sterilisationen. Der Einzelne wurde einerseits dazu gezwungen, sein Verhalten an Gesetze und soziale Normen anzupassen, andererseits sollte er aber auch von sich aus einen als gesund markierten Lebensstil annehmen. Biopolitik umfasst damit vielfältige Formen der Selbst- und Fremdführung der Bevölkerung und des Einzelmenschen.²²¹

Nicht nur staatliche Regierungen und Behörden nutzten diese neuen, auf das Leben der Menschen ausgerichteten Machttechniken, sondern auch Mediziner, Wissenschaftler und Lehrpersonen. Nicht zuletzt entwickelten auch private Akteure wie Krankenkassen, Unternehmen der Pharma- und Nahrungsmittelindustrie, Wohltätigkeitsorganisationen oder Sportvereine ein Interesse am Gesundheitsverhalten der Menschen. Sie beteiligten sich im Verlauf des 20. Jahrhunderts an einem komplexen Wechselspiel aus Belehrung, Aufklärung, Anreizen, Repressionen, Vorsorgeinstrumenten und Konsumangeboten. Gerade in liberalen, marktwirtschaftlich orientierten Gesellschaftssystemen definiert nicht nur die staatliche Regierung, wie sich die Bevölkerung zu

Republik. Ein Werkstattbericht, in: Rainer Mackensen (Hg.), *Bevölkerungslehre und Bevölkerungspolitik vor 1933*, Opladen 2002, S. 121–133; siehe dazu auch: Matthias Weipert, „Mehrung der Volkskraft“. Die Debatte über Bevölkerung, Modernisierung und Nation 1890–1933, Paderborn 2006.

221 Vgl. Eckart/Jütte, *Medizingeschichte*, S. 392 ff.; Philipp Sarasin/Dieter Thomä, *Biopolitik*, in: Stefan Gosepath/Wilfried Hinsch/Beate Rössler, *Handbuch der politischen Philosophie und Sozialphilosophie*, Berlin 2008, S. 147–152.

verhalten hat, um gesund, produktiv und reproduktionsfähig zu sein, sondern vielfältige Akteure aus der Politik, Gesellschaft und Wirtschaft.²²²

Die öffentliche Gesundheit als neues Tätigkeitsfeld der Naturheilbewegung: Der Verein zur Hebung der Volksgesundheit

Um 1900 trat auch die Schweizer Naturheilbewegung zunehmend als nicht staatlicher, biopolitischer Akteur in Erscheinung. Sie legte den Behandlungsfokus nicht mehr nur auf einzelne Patienten und Patientinnen, sondern nahm die Gesundheit der ganzen Bevölkerung in den Blick. Dazu begann sie wie die bürgerlich-philanthropischen Hygienevereine Fragen der öffentlichen Gesundheit zu thematisieren. Diese Neuausrichtung begann mit dem Zusammenschluss der Naturheilanhänger in neuen lokalen Vereinen in Zürich (1892)²²³, Bern (1893), Winterthur (1898), Basel (1899) und vielen anderen Schweizer Städten und der darauffolgenden Gründung einer neuen, nationalen Dachorganisation. Der 1899 gegründete *Verband Schweizerischer Naturheilvereine* versammelte 14 Sektionen mit knapp 1'500 Mitgliedern. Wegen Meinungsverschiedenheiten spalteten sich jedoch gleich wieder einige Ortsgruppen davon ab, um sich der *Ostschweizerischen Gruppe des Deutschen Bundes der Vereine für naturgemässe Lebens- und Heilweise* anzuschliessen.²²⁴ Erst 1907 konnte der

222 Siehe dazu auch die Forschung zur Gouvernamentalität: Ulrich Bröckling/Susanne Krasmann/Thomas Lemke (Hg.), *Gouvernamentalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Frankfurt a. M. 2000. Die Lebensreformbewegung wird erst seit Kurzem unter den Vorzeichen der Biopolitik und Gouvernamentalität untersucht. Siehe dazu erste Ansätze in: Karl Braun/Felix Linzner/John Khairi-Taraki (Hg.), *Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“*, Göttingen 2017; spezifisch zur Schweiz: Wolff, *Moderne Diätetik als präventive Selbsttechnologie*, S. 169–201.

223 Siehe zur historischen Entwicklung des *Zürcher Naturheilvereins*: Andreas Fannin, *Rückwärtsgewandte Avantgarde. Naturheilkunde, Körperkult, Degenerationsängste: eine Geschichte des Vereins für Volksgesundheit Zürich (1891–2016)*, Masterarbeit Universität Zürich 2016.

224 Im Deutschen Reich war der Organisationsprozess der Naturheilbewegung in dieser Zeit schon weiter fortgeschritten. 1883 schlossen sich mehrheitlich nord- und ostdeutsche Vereine zum *Deutschen Verein für Naturheilkunde und für volksverständliche Gesundheitspflege* zusammen. Nach konfliktreichen Anfangsschwierigkeiten mit Abspaltungen und Konkurrenzorganisationen versammelten sich 1889 die meisten deutschen Naturheilvereine im *Deutschen Bund der Vereine für Gesundheitspflege und arzneilose Heilweise* (ab 1900: *Deutscher Bund der Vereine für naturgemässe Lebens- und Heilweise*). Insgesamt traten 142 Vereine mit ca. 19'000

Schweizerische Verband der Naturheilvereine die meisten Schweizer Naturheilvereine in einem nationalen Dachverband bündeln. Bis 1910 zählte die neue Organisation bereits 34 Sektionen mit über 5'000 Mitgliedern. Mit Ausnahme des *Naturheilvereins Genf* gab es ausschliesslich Ortsgruppen in der Deutschschweiz mit einem Schwerpunkt im Kanton Zürich.²²⁵ Bis 1930 stieg die Mitgliederzahl auf 8'779 in 61 Sektionen an.²²⁶

Die neue, mitgliederstarke Naturheilbewegung stellte sich in die Tradition von Prießnitz, Hahn und Rikli und führte die Anliegen der Naturheilärzte und Impfgegner in der Schweiz weiter.²²⁷ Immer noch plädierte sie für eine arzneilose Krankenbehandlung mit „natürlichen“ Heilmitteln und begab sich in kontroverse Auseinandersetzung mit der akademischen Ärzteschaft. So vertortete sie die Naturheilärzte weiterhin als „geschworene Gegner der innern Medizin“ und bestritt „die Heilkraft giftiger Arzneien“. Mit „Kurpfuschertum, [...] Bildungsfeindlichkeit und Unwissenschaftlichkeit“ hätten die Naturheilärzte aber nichts zu tun. Vielmehr seien sie „ärztliche Individualisten“, die sich „Heilfaktoren“ wie „Bewegung, Luft, Wasser, Licht, Elektrizität, Mäßigkeit und Vernunft“ zuwenden, ohne jedoch die „Grundlage einer erprobten Wissenschaftlichkeit“ zu verlassen.²²⁸ Damit argumentierte die Naturheilbewegung mit den gleichen Deutungsmustern wie bereits im 19. Jahrhundert. Neu war jedoch der Fokus auf vorbeugende Massnahmen und das Engagement für die öffentliche Gesundheit.²²⁹ So benannte der *Verband Schweizerischer Naturheilvereine* 1908 zahlreiche neue Tätigkeiten:

Wir wollen aus der engern Sphäre persönlicher Fürsorge hinaus und auch gesundheitliche Fragen der Allgemeinheit in den Bereich unseres Arbeitsprogrammes einbeziehen. Dahin gehören namentlich die uferlosen Fragen der Wohnungs- und

Mitgliedern dem neuen Dachverband bei. Bis zum Ausbruch des Ersten Weltkrieges stieg die Zahl auf fast 150'000 Mitglieder in 890 Vereinen. Siehe zur Geschichte der deutschen Naturheilbewegung: Regin, Selbsthilfe und Gesundheitspolitik.

- 225 Vgl. o. A., Vereins-Chronik, in: *Volksgesundheits*, 3/14 (1910), S. 11; siehe zur Entstehung der Schweizer Naturheilbewegung auch: Roth, Im Streit um Heilwissen, S. 123 ff.
- 226 Vgl. o. A., Wertvolle statistische Mitteilungen unserer Sektionen, in: *Volksgesundheits*, 24/9 (1931), S. 197.
- 227 Vgl. Wilhelm Eberle, Was bezweckt der Schweizerische Verein zur Hebung der Volksgesundheits? In: *Volksgesundheits*, 15/9 (1922), S. 155 ff.
- 228 O. A., Klar zum Gefecht, in: *Volksgesundheits*, 1/3 (1908), S. 1.
- 229 Auch die Naturheilbewegung in Deutschland erweiterte nach 1900 ihr Tätigkeitsfeld um Fragen der öffentlichen Gesundheitspflege. Siehe dazu: Regin, Selbsthilfe und Gesundheitspolitik, S. 165–177.

Bodenhygiene, der Lebensmittelpolizei, der Ernährung, des Alkoholismus, der Kleidung, der Schul- und Hauserziehung, des Sports, der Gewerbekrankheiten, des Versicherungswesens gegen Krankheiten, Unfälle und Invalidität, der Verhütung von Epidemien, der Wasserversorgung, der Städtereinigung, des Arbeiterschutzes, des Arztwesens. Diese Fragen ließen sich noch vermehren, aber die Andeutungen mögen genügen.²³⁰

Um diesen neuen Ansatz nach aussen hin sichtbar zu machen, nannte sich der *Verband Schweizerischer Naturheilvereine* ab 1912 *Schweizerischer Verband für naturgemässe Lebens- und Heilweise*. Weil auch dieser Name die thematische und praktische Neuausrichtung noch nicht genug widerspiegelte, folgte 1917 die Umbenennung in *Schweizerischer Verein zur Hebung der Volksgesundheit* (später nur noch *Verein für Volksgesundheit*).²³¹ Die Verantwortlichen begründeten den Namenswechsel damit, dass die staatlichen Behörden „die Forderungen eines Verbandes für naturgemässe Lebens- und Heilweise [...] vielfach ignoriert“ hätten, den „berechtigten Begehren eines schweizerischen Vereins zur Hebung der Volksgesundheit“ müssten sie jedoch „Gehör schenken“. Die Naturheilmovement befasse sich nicht mehr nur mit der „persönlichen Gesundheitspflege“, sondern spreche nun die „gesundheitlichen Interessen der Allgemeinheit des Volkes“ an. Das Ziel sei die „Hebung der Volksgesundheit“ und die „Stärkung der Volkskraft“.²³²

Wie die Hygienebewegung versuchte nun auch die Naturheilmovement nach 1900 durch Belehrungs- und Schulungsmassnahmen das Gesundheitsverhalten der Bevölkerung zu beeinflussen. Dazu führten die Sektionen „aufklärerische Vorträge über Verhütung oder Behandlung und Heilung von Krankheiten“ durch und organisierten „Unterrichtskurse [...] über Gesundheits- und Krankenpflege, über Gesundheitsturnen, über vegetarisches Kochen und Konservieren von Obst und Gemüse“.²³³ Bereits 1910 veranstalteten die 36 Sektionen des *Schweizerischen Verbands der Naturheilvereine* insgesamt 138 öffentliche Vorträge und 25 Kurse.²³⁴ In den darauffolgenden Jahrzehnten wurden diese Aktivitäten konstant ausgebaut. So sorgten beispielsweise 1938 insgesamt 169

230 O. A., Die Grösse unserer Wirksamkeit, in: *Volksgesundheit*, 1/4 (1908), S. 3.

231 Vgl. Emil Bossard, Die Naturheilmovement in der Schweiz, in: *Volksgesundheit*, 24/8 (1931), S. 128–134.

232 O. A., Der Zentralvorstand des Schweizerischen Verbandes für naturgemässe Lebens- und Heilweise an die Verbandsmitglieder, in: *Volksgesundheit*, 10/5 (1917), S. 66.

233 Ebd., S. 66.

234 Vgl. o. A., An den hohen schweizer. Bundesrat, in: *Volksgesundheit*, 4/20, (1911), S. 1.

öffentliche Vorträge und 49 Kurse in 63 Sektionen für „Belehrung und fröhlichen Betrieb“. Ausserdem kamen mit 8 Filmvorführungen, 14 Diskussions- und Frageabenden, 6 Vereinswanderungen und diversen Turnkursen weitere Formate hinzu.²³⁵ Der *Verein für Volksgesundheit Basel* zählte 1949 in einem Rückblick auf sein 50-jähriges Bestehen insgesamt 259 öffentliche Vorträge und 52 Unterrichtskurse.²³⁶

Eine wichtige Rolle bei der Popularisierung der Naturheilmethoden, Präventionsmassnahmen und Gesundheitsempfehlungen spielte die Vereinszeitschrift *Volksgesundheit*, die ab 1908 zweimal monatlich erschien und bis Anfang der 1930er Jahre eine Auflagehöhe von etwa 10'000 Stück erreichte.²³⁷ Ein Blick auf den ersten Jahrgang verweist auf die enorme Themenvielfalt der Zeitschrift: So gab es informative Artikel über Schlaflosigkeit, die Bekämpfung der Säuglingssterblichkeit, die Gesundheitsregeln im Koran, die Arbeitsweise der Schulgesundheitspflege, das eidgenössische Kranken- und Unfallversicherungsgesetz und die Geschichte des Salates. Die Leser und Leserinnen erhielten Ratschläge, wie sie sich gegen Erkältungen schützen und den Körper abhärten können, wie sie Warzen entfernen und ihre Füsse im Winter pflegen. Weiter wurde darüber geschrieben, was Frauen gegen starke Menstruationsblutungen unternehmen können, und erklärt, wie man Früchte einkocht und Dampfbäder nimmt. Die Leser und Leserinnen konnten erfahren, welchen Nutzen poröse Oberbekleidung hat, wie die Naturheilmethoden gegen Tuberkulose wirken, warum der Absinth verboten wurde, welches Brot sich zum Volksbrot eignet, was gegen Pilzvergiftungen hilft, ob sich Karotten als Heilmittel eignen und wie man nervöse Angstzustände behandelt.²³⁸ Neben den naturheilkundlichen Behandlungsmethoden gehörten Themen wie das Impfen, eine vegetarische und abstinente Ernährungsweise, biologische Anbaumethoden und verschiedene Turn- und Gymnastikprogramme bis in die 1940er Jahre zu den Dauerbrennern in der Vereinszeitschrift der Schweizer Naturheilmovement.

235 Vgl. o. A., Unsere diesjährige Verbandstagung, in: *Volksgesundheit*, 31/11 (1938), S. 175.

236 Vgl. Carl Stöcklin, 50 Jahre Arbeit im Dienste der Volksgesundheit. Festschrift zum 50jährigen Bestehen des Vereins zur Hebung der Volksgesundheit Basel, Basel 1949, S. 17.

237 Vgl. o. A., Wertvolle statistische Mitteilungen unserer Sektionen, in: *Volksgesundheit*, 24/9 (1931), S. 197.

238 Vgl. Erster Jahrgang der Zeitschrift *Volksgesundheit*, 1908.

Sonnenbäder, Schrebergärten und Volkssanatorien: Orte der öffentlichen Gesundheitspflege

Das Engagement der Naturheilbewegung für die öffentliche Gesundheit lag nicht nur in der Aufklärungsarbeit, sondern auch in ihrem Aufbau von Infrastrukturen zur Körperpflege. Unter anderem machte sie das Licht-, Luft- und Sonnenbaden für breite Bevölkerungsschichten verfügbar. Im 19. Jahrhundert konnten sich nur wenige privilegierte Patienten und Patientinnen einen Kuraufenthalt in den teuren Naturheilanstalten leisten. Nun eröffneten zahlreiche Naturheilvereine öffentliche Badeeinrichtungen. Von diesem Angebot sollte vor allem die in dunklen, engen Wohnungen lebende Stadtbevölkerung in Zürich, Basel oder Bern profitieren. Obwohl um die Jahrhundertwende Frauen und Männer noch in abgetrennten Bereichen oder zu unterschiedlichen Zeiten in der Sonne badeten und dabei sogenannte Luftbadekostüme oder Badeanzüge trugen, wurde der partiell entkleidete Körper durch die Aktivitäten der Naturheilbewegung zunehmend akzeptiert.²³⁹

In Deutschland verfügten 1900 bereits 49 Vereine über ein Licht- und Luftbad. Die Zahl stieg bis 1912 auf 380 Einrichtungen.²⁴⁰ In der Schweiz eröffnete der *Zürcher Naturheilverein* 1901 ein erstes Licht- und Luftbad auf dem Zürichberg, das 1907 um eine Fläche von 27'500 qm erweitert wurde. Die Stadt Zürich beteiligte sich mit jährlich 2000 Fr. am Betrieb der Anlage. Ausdrücklich lobte der Stadtrat die „volkshygienische[...] Bedeutung“ des Licht- und Luftbades für die „Gesundung des Volksorganismus“.²⁴¹ Dieser Subventionsbeitrag weist darauf hin, dass die Anliegen der Naturheilbewegung bereits um 1900 auf wachsenden Rückhalt in der Verwaltung und Politik zählen konnten. Zwischen 1908 und 1920 bewegte sich die jährliche Besucherzahl bei knapp 20'000 Menschen. In der Zwischenkriegszeit stieg sie stark an und erreichte 1935 einen Höchststand von 53'000 Eintritten. Zum Areal gehörten Umkleidekabinen, Sonnenliegen sowie Spiel-, Turn- und Sportanlagen für die obligate Körperpflege beim Sonnenbaden. Wegen der steigenden Besucherzahlen wurde die Anlage in der Zwischenkriegszeit mehrmals erweitert und ein Schwimmbecken hinzugefügt. Auch das kleine, alkoholfreie Buffet der Anfangszeit wurde in den 1920er Jahren zu einem vegetarischen Restaurant ausgebaut.²⁴²

239 Vgl. Regin, Selbsthilfe und Gesundheitspolitik, S. 204–207.

240 Vgl. ebd., S. 205.

241 O. A., Ein Erfolg der Gemeinnützigkeit in Zürich, in: *Volksgesundheit*, 1/7 (1908), S. 1.

242 Vgl. o. A., 50 Jahre Naturheil-Verein Zürich, Zürich 1941, S. 11–20.

Ebenso hohe Besucherzahlen verzeichnete das 1903 eröffnete Licht-, Luft- und Sonnenbad *St. Margarethen* des *Naturheilvereins Basel*. In mehreren Phasen wurde das Areal auf 12'000 qm ausgebaut und mit Schwimmbädern erweitert. Im ersten Betriebsjahr gab es 1'520 Eintritte. Die jährliche Besucherzahl stieg bis Ende der 1940er Jahre auf bis zu 50'000.²⁴³ Auch das Marzilbad in Bern, das heute zu den meistbesuchten Fluss- und Freibädern der Schweiz gehört, ging teilweise auf die Naturheilmovement zurück. Die Stadtbewohner nutzten das Areal der ehemaligen Aareinsel seit dem Mittelalter als Badeort. Vor allem der als Bubenseeli bekannte Seitenarm der Aare war bei jungen Männern sehr beliebt. Durch eine teilweise Aufschüttung der Uferbereiche entstand 1782 ein erster Badeweiher. 1822 liess der Stadtrat an gleicher Stelle eines der ersten künstlichen Schwimmbecken Europas bauen. Die *Akademische Badeanstalt* wurde unter anderem von Schulklassen für den Schwimmunterricht genutzt.²⁴⁴ Der *Naturheilverein Bern* pachtete 1900 auf der Aareinsel ein Stück Land, um 1902 ein eigenes Licht-, Luft- und Sonnenbad aufzubauen. Wegen interner Streitigkeiten und finanzieller Schwierigkeiten musste er jedoch diese Einrichtung 1906 an die Gemeinde Bern verkaufen. Erst 1916 eröffnete der Berner Naturheilverein ein neues Licht-, Luft- und Sonnenbad auf dem Neufeldareal, das 1914 der dritten schweizerischen Landesausstellung als Austragungsort gedient hatte.²⁴⁵ Doch auch im Marzili gab es ab 1910 wieder einen Bereich zum Licht- und Luftbaden. Im sogenannten Paradiesli konnten sich Frauen seit den 1940er Jahren sogar nackt in die Sonne legen.²⁴⁶

Die naturheilkundlichen Licht-, Luft- und Sonnenbäder erhielten schon kurz nach ihrer Eröffnung städtische Konkurrenz. Nachdem immer mehr Menschen gefallen am Sonnenbaden bekundet hatten, erkannten auch immer mehr Städte den Nutzen der gesunden Freizeitaktivitäten für die öffentliche Gesundheit. Der *Naturheilverein Zürich* erhielt 1910 durch das *Wasser-, Luft- und Sonnenbad Unterer Letten* an der Limmat eine städtisch geführte Konkurrenz. 1923 eröffnete der *Strandverein Zürich* das *Strandbad Mythenquais* am Zürichsee mit einer grossen Sonnenterrasse zum Licht- und Luftbaden. Wie auf dem Zürichberg wurde auch ein Spiel- und Sportplatz mit diversen

243 Stöcklin, 50 Jahre Arbeit im Dienste der Volksgesundheit, S. 37.

244 Siehe zur Geschichte des Marzilbades: Peter Gygax, Marzili. Berner Welt am Aareufer, Münsingen 1991.

245 Vgl. Gottlieb Haslebacher, Jubiläumsbericht zum 100-jährigen Bestehen der Volksgesundheit Bern und Umgebung, Verein für Volksgesundheit, Bern 1993, S. 6–15; Gygax, Marzili, S. 82.

246 Gygax, Marzili, S. 104.

Turngeräten zur körperlichen Ertüchtigung zur Verfügung gestellt. Die neuartige Freizeitaktivität an der frischen Luft hatte sich in den 1920er Jahren bereits so stark etabliert, dass täglich mehrere tausend Menschen – in Spitzenzeiten bis zu 11'000 – das neue Strandbad besuchten. Eine 200 Meter lange Holzwand zwischen der Männer- und Frauenabteilung wurde kurz nach der Eröffnung wieder entfernt, weil sich die Geschlechtertrennung nicht mehr durchsetzen liess. Geschlechtlich durchmischte Familienbäder etablierten sich spätestens in den 1930er Jahren überall in der Schweiz.²⁴⁷

Viele Naturheilvereine erweiterten ihre Licht-, Luft- und Sonnenbäder mit Klein- und Schrebergartenanlagen. Bereits im Mittelalter nutzten Stadtbewohner und Stadtbewohnerinnen kleine Gärten ausserhalb der Stadtmauern, um sich mit selbst angebautem Gemüse zu versorgen. Später sollten sogenannte Arbeitergärten die prekäre Ernährungslage der Fabrikarbeiter und Fabrikarbeiterinnen entschärfen. Aber erst der deutsche Orthopäde und Pädagoge Moritz Schreber (1808–1861) erweiterte diese Versorgungsfunktion der Kleingärten Mitte des 19. Jahrhunderts mit gesundheitserzieherischen Ansätzen. In seiner orthopädischen Heilanstalt in Leipzig behandelte er Kinder mit Haltungsschäden nicht nur mit Turnübungen, sondern auch mit Gartenarbeit. Die Kinder sollten sich bei dieser Tätigkeit an der frischen Luft möglichst natürlich bewegen.²⁴⁸ Dieses Konzept breitete sich aber erst nach Schrebers Tod ausserhalb der Heilanstalten aus. Im Schrebergarten sollte sich die ganze Familie vom Arbeits- und Schulalltag erholen, anstatt die Sonntage bei Kartenspielen und Trinkgelagen im Wirtshaus zu verbringen.

Die Naturheilvereine gehörten zu den ersten Organisationen, die sich um eine systematische Ausbreitung dieser gesundheitsorientierten Kleingartenidee bemühten.²⁴⁹ Beispielsweise plante der St. Galler Naturheilverein 1908 in der ehemaligen Gemeinde Straubenzell ein „Grundstück für 100 bis 120 Gartenteile“ zu erwerben. Das Vorhaben begründete der Verein in erster Linie mit dem „hygienische[n] Wert“ des Schrebergartens. Dieser liege vor allem „in der

247 Vgl. Eva Büchi, *Als die Moral baden ging. Badeleben am schweizerischen Bodensee- und Rheinufer 1850–1950 unter dem Einfluss der Hygiene und der „Lebensreformbewegung“*, Frauenfeld 2003, 127–130.

248 Vgl. Daniel Kurz, *Schrebergärten*, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion), www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D16602.php (29.04.2019); Marcel Suter, *Haltung und Bewegung*, in: Beatrix Mesmer (Hg.), *Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900*, Zürich 1997, S. 185–189.

249 Siehe zur Ausbreitung der Schrebergärten in der deutschen Naturheilmovement: Regin, *Selbsthilfe und Gesundheitspolitik*, S. 199–203.

körperlichen Arbeit, welche in den Gärten in Luft und Licht geleistet“ werde. Die Gartenarbeit bewirke eine „bessere Durchblutung der Muskeln, Knochen, Nerven, der Haut und inneren Organe.“ Dadurch werde nicht nur „der Aufbau des Körpers gefördert, sondern auch die Ausscheidung der Stoffwechselprodukte wesentlich erleichtert und erhöht.“ Vor allem der „Städter“ könne damit „Stoffwechselkrankheiten“ vorbeugen oder diese sogar heilen. Die Naturheilbewegung betonte auch den sozialen Wert der Schrebergärten. Durch den „Aufenthalt und die Tätigkeit im Garten“ werde „der Mann vom Wirtshausleben abgehalten“ und die Familie komme am Sonntag zu einer gesunden Freizeitaktivität zusammen. Nicht nur dadurch wandere „mancher Franken in die Sparbüchse“, die „Hausfrau“ könne zudem allerlei Obst, Beeren und Gemüse selbst anpflanzen, anstatt sie zu kaufen.²⁵⁰

Diese ökonomischen Überlegungen rückten mit dem Ausbruch des Ersten Weltkrieges in den Vordergrund der Argumentation. Die Blockadepolitik steigerte zwischenzeitig die materielle Bedeutung der im Schrebergarten produzierten Nahrungsmittel. Schliesslich musste die Schweiz ab 1917 einige Produkte wie Zucker und Getreide rationieren und die landwirtschaftliche Produktion steigern, um die Versorgung der Bevölkerung weiterhin zu gewährleisten.²⁵¹ Wie in anderen europäischen Ländern wurde dabei der Nutzen der Kleingärten zur Selbstversorgung wiederentdeckt. Nicht nur Familien, sondern auch Unternehmen wurden dazu angehalten, eigene Nahrungsmittel anzubauen. Die Gemeinden stellten dazu günstiges Land zur Pacht zur Verfügung. Die Naturheilvereine nutzten diese Situation, um die Gemeinnützigkeit und besondere Gesundheitswirkung ihrer Kleingartenanlagen zu betonen:

Jetzt, wo es gilt, die Lebensmittelproduktion nach Möglichkeiten zu steigern, um einer immer möglicheren Hungersnot vorzubeugen, sollte jedermann, der über etwas freie Zeit verfügt, die Bodenproduktion vermehren helfen, sei es, indem er sich in Schrebergärten betätigt, wo er ungeniert im Luftbadekostüm arbeiten kann, sei es, indem er, falls er keinen eigenen Boden besitzt, ein kleines Stück Land mietet und es selber bebaut.²⁵²

250 O. A., Familiengärten für St. Gallen, in: Volksgesundheit, 1/21 (1908), S. 2.

251 Siehe zur Nahrungsmittelversorgung in der Schweiz während des Ersten Weltkrieges: Peter Moser, Mehr als eine Übergangszeit. Die Neuordnung der Ernährungsfrage während des Ersten Weltkriegs, in: Roman Rossfeld/Thomas Buomberger/Patrick Kury (Hg.), 14/18 Die Schweiz und der Grosse Krieg, Baden 2014, S. 172–199.

252 Friedrich von Segesser, Lebensmittelproduktion und Gesundheitspflege, in: Volksgesundheit, 10/11 (1917), S. 165.

Die staatliche Förderung führte zu einem massiven Ausbau der Kleingärten, der jedoch mit dem Wegfallen der Subventionen in den 1920er Jahren wieder abflachte. Trotzdem konnten sich viele Kleingartenanlagen vor allem als städtische Erholungsorte etablieren.²⁵³ So verzeichnete der 1925 gegründete *Schweizerische Kleingärtnerverband* 1934 bereits rund 10'000 Mitglieder in 19 Sektionen.²⁵⁴

Als weiteren Beitrag zur öffentlichen Gesundheitspflege plante die Schweizer Naturheilbewegung den Bau eines Volkssanatoriums. Die Idee, Pflegeeinrichtungen für weniger bemittelte Menschen zu eröffnen, kam im ausgehenden 19. Jahrhundert auf. Im Zuge der sich ausbreitenden Sorge um die öffentliche Gesundheit erkannten Hygieniker wie Jakob Sonderegger, dass vor allem die ärmeren Bevölkerungsschichten durch die Gefahren ansteckender Krankheiten wie Tuberkulose bedroht waren. Im Unterschied zu den privaten Heilanstalten und Höhenkliniken sollten sogenannte Volkssanatorien oder Volksheilanstalten durch gemeinnützige Organisationen oder direkt durch staatliche Organe geleitet werden. Die *Schweizerische Gemeinnützige Gesellschaft* (SGG) gab 1893 erste Richtlinien für den Bau öffentlicher Pflegeeinrichtungen heraus und der *Verein der Bernischen Heilstätte für Tuberkulöse* eröffnete 1895 in Heiligenschwendli im Berner Oberland ein erstes Volkssanatorium für Tuberkulosekranke. Um 1900 realisierten auch die meisten anderen Kantone vergleichbare Projekte für ihre Bürger und Bürgerinnen. Während sich die gut situierten Gäste in den privaten Kliniken frei bewegen konnten, wurden die Patienten in den Volkssanatorien streng isoliert, um die Krankheit möglichst effektiv einzudämmen. Die Aufenthalte dienten zudem der Gesundheitserziehung: Die Patienten und Patientinnen sollten die Grundlagen einer gesunden Körperpflege, Ernährung und Haushaltsführung im Kurbetrieb erlernen und später in ihrem Alltag weiterführen. Sogenannte Gesundheitsbotinnen besuchten die Heimkehrer zu Hause, um die korrekte Durchführung der erlernten Verhaltensweisen zu kontrollieren. Die öffentliche Gesundheitspflege diente hier auch der sozialen Disziplinierung nichtbürgerlicher Gesellschaftsschichten.²⁵⁵

Im *Verband Schweizerischer Naturheilvereine* gab es schon 1908 erste Debatten über ein eigenes, naturheilkundlich ausgerichtetes Volkssanatorium. Die

253 Eine ähnliche Funktion wie die naturheilkundlichen Schrebergärten erfüllte der 1915 gegründete *Verein für Familiengärten*. Siehe dazu: vgl. Daniel Burkhard, Besseren Nähr- und Siedlungsraum schaffen. Die Schweizer Innenkolonisation im Kontext der Ernährungskrise 1917/18, Bern 2020, S. 124–136.

254 Vgl. Gwan Lauw, Die Kleingartenbewegung in der Schweiz, Lörrach 1934, S. 46 f.

255 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 141–152.

„Schaffung eines Krankenhauses“ für „schwer Kranke“ sei ein „Werk der Nächstenliebe“ und damit „erste Pflicht“ der Naturheilbewegung.²⁵⁶ Nach jahrelangen Debatten und Sammelaktionen übernahm der *Schweizerische Verein zur Hebung der Volksgesundheit* 1923 die Kuranstalt Steinegg in Hüttwilen im Kanton Thurgau. Das seit 1902 als Naturheilanstalt genutzte Schloss Steinegg verfügte über „eine Anzahl geräumiger ‚Lufthütten‘ und eine Luftbadestation mit heizbarem Baderaum und grossen freien und gedeckten Terrassen“. Neben „Spielplätzen, Turngeräten und einer Kegelbahn“ gehörten auch gut ausgerüstete Wirtschaftsräume mit modernsten Waschmaschinen und Küchengeräten zur Ausstattung der Kuranstalt. Im Hauptgebäude konnten bis zu 35 Gäste übernachten.²⁵⁷ Zwar sollte die vereinseigene Kuranstalt durch „möglichst niedrig gehaltene Kurpreise [...] auch Kreisen geöffnet sein, denen unter den heutigen Verhältnissen die so notwendige Kur nicht“ möglich sei.²⁵⁸ Aber im Unterschied zu den kantonalen Volkssanatorien wurden keine Schwerkranken und Tuberkulosepatienten behandelt, sondern „vor allem die mannigfachsten nervösen Leiden“ wie „Nervenschwäche“ und „Neuralgien“ sowie „Erkrankungen des Herzens und des Gefässapparates [...], Asthma, chronische Katarrhe der Verdauungswege“.²⁵⁹

Mit direktdemokratischen Mitteln Einfluss nehmen: Der Kampf um das Zürcher Medizinalgesetz

Nach 1900 erweiterte sich nicht nur das Themenspektrum der Naturheilbewegung, sondern auch die Arbeitsweise und Aktionsformen der Bewegung. Versuchten die Naturheilärzte im 19. Jahrhundert ihre Überzeugungen vor allem durch Publikationen und Kurangebote zu popularisieren, nutzten die mitgliederstarken Naturheilvereine nach 1900 immer öfter politische Instrumente, um „Druck und Einfluß [...] auf Behörden und Gesetzgebung“ auszuüben.²⁶⁰ Gerade die direktdemokratischen Instrumente der Schweiz ermöglichten es der wachsenden Bewegung, ihren Kampf um medizinische Deutungshoheit in die politische Sphäre hineinzutragen. Dazu griff sie zunehmend in die

256 O. A., Ferienheim oder Krankenhaus? In: *Volksgesundheit*, 1/22 (1908), S. 5.

257 Genossenschaft Kuranstalt Steinegg, Bericht an alle Freunde und Anhänger, 1923, in: Schweizerisches Wirtschaftsarchiv (SWA), Kuranstalt Steinegg/Thurgau (Kurhaus), Dokumentensammlung, H + I E 103.

258 O. A., Aufruf, in: *Volksgesundheit*, 15/21 (1922), S. 382.

259 O. A., Prospekt Kuranstalt Steinegg, ca. 1928, in: Schweizerisches Wirtschaftsarchiv (SWA), Kuranstalt Steinegg/Thurgau (Kurhaus), Dokumentensammlung, H + I E 103.

260 A. Kuhn, Was uns Not tut, in: *Volksgesundheit*, 2/2 (1909), S. 2.

Gesundheitsgesetzgebung ein, die seit Mitte des 19. Jahrhunderts immer weiter ausgebaut wurde und dadurch die Arbeit nichtdiplomierter Naturheilärzte immer stärker einschränkte. Nach 1900 versuchte die Naturheilbewegung das faktische Behandlungsmonopol akademisch ausgebildeter Ärzte wieder abzuschaffen oder zumindest aufzuweichen. Einen ersten Versuch startete der *Zürcher Naturheilverein* 1904 mit der kantonalen „Initiative zur Freigabe der arzneilosen Heilweise (Naturheilverfahren)“. Diese radikale Forderung nach einer weitgehenden „Kurfreiheit“ im Kanton Zürich scheiterte jedoch deutlich vor dem Stimmvolk. Trotz der Niederlage verschaffte der Abstimmungskampf der Naturheilbewegung eine starke Sichtbarkeit in Bevölkerungskreisen, die sich bis dahin nicht mit der Naturheilkunde auseinandergesetzt hatten.²⁶¹

Im Jahr 1912 strebte der Kanton Zürich eine Reform des seit 1854 gültigen Medizinalgesetzes an. Unter anderem sollten naturheilkundliche Verfahren wie Licht-, Luft- und Wasserbehandlungen nur noch von approbierten Ärzten durchgeführt werden. Auf das Anliegen der Naturheilbewegung, auch Laienbehandlungen zuzulassen, reagierte der Kantonsrat ablehnend: „Die physikalische Heilmethode bei Erkrankungen ist Sache der Aerzte; um die richtige Therapie einzuschlagen, muß in erster Linie die Krankheit erkannt werden, und hierzu ist im allgemeinen nur der wissenschaftlich gebildete Arzt befähigt“. Der *Zürcher Naturheilverein* befürchtete daraufhin, dass sich die akademisch ausgebildeten Ärzte durch dieses neue Medizinalgesetz auch noch das Behandlungsmonopol auf Naturheilmethoden sichern wollten. Mit Begriffen wie „Medizinal-Volksknechtungsgesetz“ und „Inquisitionsgesetz“ verurteilten sie die geplanten Bestimmungen als „Eingriff in die persönliche Freiheit des Bürgers“. Das „heiligste Recht“ auf die „Selbstbestimmung über den eigenen Körper“ werde infrage gestellt, wenn die naturheilkundlichen Laienbehandler ihre Dienste nicht mehr anbieten dürften und nur noch die Schulmedizin übrigbleibe. Der bereits im Impfdiskurs effektiv eingesetzte Appell an die körperliche Selbstbestimmung sollte auch im Abstimmungskampf um das Zürcher Medizinalgesetz die Bevölkerung auf die Seite der Naturheilbewegung holen.²⁶² Und tatsächlich wurde die Vorlage am 22. Dezember 1912 mit 43'321 „Nein“- gegen 30'695 „Ja“-Stimmen deutlich abgelehnt.²⁶³

Das bereits in die Jahre gekommene Medizinalgesetz wartete daraufhin noch längere Zeit auf eine Revision. Nach dem Ersten Weltkrieg lag der Ball wieder

261 Vgl. Roth, Im Streit um Heilwissen, S. 111 f.

262 O. A., Zur Abstimmung über das neue Medizinalgesetz des Kantons Zürich, in: Volksgesundheit, 5/23 (1912), S. 2 ff.

263 O. A., Zur Abstimmung im Kanton Zürich betr. Medizinalgesetz, in: Volksgesundheit, 6/1 (1913), S. 2.

bei der Naturheilbewegung: Einige Mitglieder des *Zürcher Kantonalvereins zur Hebung der Volksgesundheit* (ehemals *Zürcher Naturheilverein*) lancierten 1922 eine weitere kantonale Initiative für ein naturheilkundefreundliches Medizinalgesetz. Die Initianten forderten nicht mehr wie in der Vorlage von 1904 eine umfassende Behandlungsfreiheit, sondern die staatliche Anerkennung und Regulierung der Naturheilkunde. Wie die Ärzte, Apotheker und Hebammen sollten auch „Naturheilkundige“ in den angesehenen Kreis der bewilligungspflichtigen Gesundheitsberufe aufgenommen werden. Um sich von „Kurpfuschern“ abzugrenzen, forderten sie eine staatlich kontrollierte „Fachausbildung“. Eine Schule für Naturheilkunde sollte die „staatliche[...] Anerkennung der Naturheilmethode“ gewährleisten.²⁶⁴ Damit nicht mehr nur der „Stand der Mediziner in medizinischen Fragen das entscheidende Wort“ habe, sollte der kantonale Medizinalrat durch Vertreter aus der Naturheilbewegung erweitert werden.²⁶⁵

Die Verhandlungen über die Gesetzesrevision zogen sich über mehrere Jahre hin. Erst 1933 legte der Zürcher Kantonsrat einen neuen Abstimmungstext vor, der sich jedoch kaum vom letzten Entwurf aus dem Jahr 1912 unterschied. Postwendend mobilisierte die Naturheilbewegung wieder ihre Mitglieder gegen das neue „Monopolgesetz“. Erneut pochten die Mitglieder des *Zürcher Kantonalvereins zur Hebung der Volksgesundheit* auf das „Recht des Einzelnen über seine Gesundheit, sein körperliches und seelisches Wohl, selbst entscheiden zu dürfen.“ Der Kanton müsse das „Recht auf freie Wahl der Behandlungsart“ gewährleisten. Neben dieser Argumentation gegen staatliche Regulierung und für mehr individuelle Selbstbestimmung versuchte das naturheilkundliche Aktionskomitee erneut das Behandlungsmonopol akademisch ausgebildeter Ärzte infrage zu stellen. In anschaulichen Bildern wurde die „Schulmedizin“ als „Diktatur“ denunziert. Die „Ehrfurcht vor dem Dokortitel“ der Ärzte grenze an „Hypnose“. Das neue Gesetz diene deshalb nicht dem „Wohle des Volkes“, sondern lediglich der „Kastenzüchtung in der Demokratie“.²⁶⁶

Wie kaum zuvor trat die Naturheilbewegung am 28. Mai 1933 als Protestbewegung auf, die sich mit drastischen Worten, Flugblättern und öffentlichen Auftritten gegen den Gesetzesentwurf engagierte. Das Ergebnis von 53'113 „Ja“- zu 95'167 „Nein“-Stimmen feierten die Naturheilvereine daraufhin als grandiosen Erfolg gegen den „Regierungsrat, Kantonsrat und die kantonsrätliche Kommission“, die „Hand in

264 Adolf Keller-Hoerschelmann, Zur Zürcher Medizinalgesetz-Initiative, in: *Volksgesundheit*, 15/12 (1922), S. 219.

265 O. A., Initiative für ein neues Gesetz betr. das Heilwesen für den Kanton Zürich, in: *Volksgesundheit*, 14 /22 (1921), S. 337.

266 O. A., Das neue kant.-zürich. Gesetz über das öffentliche Gesundheitswesen (Medizinalgesetz), in: *Volksgesundheit*, 26/7 (1933), S. 117 ff.

Hand mit der Zürcher Aerzteschaft“ für das Gesetz eingestanden seien. Die Ablehnung der Vorlage wurde aber nicht nur als Abstimmungssieg, sondern auch als identitätsstiftendes und mobilisierendes Ereignis inszeniert. So war nach dem Erfolg in der Vereinszeitschrift zu lesen: „Das Medizinalgesetz hat alle Freunde einer naturgem[ässen] Lebens- und Heilweise im Kanton Zürich aufgeweckt und zusammengeführt zu gemeinsamem Abwehrkampf, dafür muss dem Gesetzgeber auch gedankt werden. Wir sind wach geworden und wollen es auch inskünftig bleiben.“²⁶⁷

VOLKSGESUNDHEIT

HALBMONATSSCHRIFT

HERAUSGEBER: SCHWEIZERISCHER VEREIN
ZUR HEBUNG DER VOLKSGESUNDHEIT

Nr. 11

1. JUNI 1933
26. JAHRGANG

REDAKTION: Dr. med. A. Keller-Hoerschelmann, Cadamario b. Lugano und W. Eberle, Limmatquai 34, Zürich 1.
ABONNEMENT: Bei der Expedition jährlich Fr. 8.—, halbjährlich Fr. 4.—. Mit der Beilage „Der Naturarzt“ jährlich Fr. 14.—, halbjährlich Fr. 7.—. Bei der Post jährlich Fr. 8.20, halbjährlich Fr. 4.20. Mit der Beilage „Der Naturarzt“ jährlich Fr. 14.20, halbjährlich Fr. 7.20. — INSERATE an die Buchdruckerei Stalger, Bern, Moserstrasse 31. — Die vierspaltige Nonparallele oder deren Raum 35 Cts. Bei Wiederholungen Rabatt.
ZENTRALEKRETARIAT: Limmatquai 34 (Mossehaus), Zürich 1.

Ein flammender Protest am 28. Mai!!!

**Dem Zürcher Medizinalgesetz
(Gesetz über das öffentl. Gesundheitswesen)**

NEIN! NEIN! NEIN!

Wir protestieren gegen:

die Monopolisierung der Schulmedizin
mit ihren von der Natur entfernten und vom Volke verabscheuten
Irrwegen der
Giftmedizin und Serumbehandlung
die phantastische Operationslust
die sinnlose wissenschaftl. Tierfolter
die Vergewaltigung der Volksheilkunde
die Riesengewinne der Medikamentindustrie

Jetzt schlägt die Stunde

wo die durch medizinische Verfehlungen **Enttäuschten**
ihrer Stimme Geltung verschaffen können. Wir kämpfen für einen

neuen Geist in der Heilkunde und Gesundheitspflege!!

Männer und Frauen der Naturheilbewegung machen sich
zur moralischen Pflicht, Freunde und Bekannte über dieses Unheil
stiftende Gesetz aufzuklären. **Das Aktionskomitee.**

Abbildung 3: In der Zeitschrift *Volksgesundheit* erschien vor der Abstimmung am 28. Mai 1933 ein eindringlicher Appell gegen das neue Medizinalgesetz.

267 O. A., Resultat der Abstimmung im Kanton Zürich betr. das Gesetz über das öffentliche Gesundheitswesen (Medizinalgesetz), in: *Volksgesundheit*, 26/12 (1933), S. 211.

Freie Arztwahl, Prävention und Gesundheitsbonus: Naturheilkundliche Vorstöße zum Sozialstaat

Um ihre Gesundheitsvorstellungen, Präventionsideen und Behandlungsmethoden auf bundesstaatlicher Ebene zu fördern, wandte sich die Naturheilbewegung mehrmals mit Vorstößen und Appellen an die Schweizer Regierung. Unter anderem verlangte der *Schweizerische Verband der Naturheilvereine* 1911 in einem Schreiben an den Bundesrat, der Staat solle die Leistungen der Naturheilbewegung für die „Gesundheitsfürsorge“ mit einer „namhaften jährliche[n] Subvention“ unterstützen. Mit diesem Geld würde sie für mehr Aufklärung „über allgemeine Hygiene, über zweckmässige Ernährung und Kleidung, über Pflege des Körpers und richtige Atmung etc.“ sorgen. Die Naturheilbewegung diene damit „in hohem Masse den Interessen des Staates sowohl, als denen der Gesellschaft überhaupt.“ Sie fördere mit ihren Gesundheitspraktiken nicht nur „die Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit des Einzelnen“, sondern bewirke auch „eine grosse Entlastung der öffentlichen Ausgaben“ und hebe „die Wehrkraft unseres Schweizervolkes“. So wie der Bund „die Antialkoholbewegung, die Samaritervereine, die Schützen- und Turnvereine, den Kampf gegen die Tuberkulose, die Serum- und Impfinstitute“ unterstütze, verdiene deshalb auch die Naturheilbewegung mehr Anerkennung in Form einer finanziellen Subvention.²⁶⁸ In einem Antwortschreiben lobte der Bundesrat zwar „das Gute, das in einigen Richtungen der Betätigung der Naturheilvereine hervortrete“, kritisierte jedoch, dass die Subvention „hauptsächlich zur Entfaltung einer lebhaften Propaganda [...] dienen solle.“ Zudem positionierte sich die Schweizer Regierung unmissverständlich als „Förderer und Träger der medicinischen Wissenschaft“. Wegen ihrer „stark oppositionelle[n] Haltung“ gegenüber der Schulmedizin könne die Naturheilbewegung nicht unterstützt werden.²⁶⁹

Die Naturheilbewegung versuchte auch den aufkommenden Sozialstaat in ihrem Sinne zu beeinflussen. Dazu forderte der *Schweizerische Verband der Naturheilvereine* schon 1908 den Bundesrat in einem Appell auf, möglichst bald eine Kranken- und Unfallversicherung einzuführen. Diese war 1900 in einer Volksabstimmung klar gescheitert. In ihrem Brief an den Bundesrat betonte die Naturheilbewegung ihre Unterstützung für die neue Sozialgesetzgebung, forderte jedoch, dass die geplanten „Kranken- und Unfallversicherungskassen“ nicht nur die „allopathische“ Medizin vergüten, sondern auch die Kosten

268 Brief an den Bundesrat, 19. August 1911, in: Schweizerisches Bundesarchiv, E87#1000/1166#353*.

269 Antwortschreiben des Bundesrates, 7. November 1911, in: Schweizerisches Bundesarchiv, E87#1000/1166#353*.

für „homöopathische“ und „physikalisch-diätetische“ Behandlungsmethoden übernehmen sollen.²⁷⁰ Wiederum versuchte die Naturheilbewegung das Ärztemonopol durch politische Einflussnahme aufzubrechen und für naturheilkundliche Laienbehandlungen zu öffnen, hatte damit aber erneut keinen Erfolg. Zwar enthielt das 1912 durch die Stimmberechtigten gebilligte „Bundesgesetz über die Kranken- und Unfallversicherung“ eine Passage zur freien Arztwahl, jedoch waren nicht diplomierte Naturheiler davon ausgeschlossen. Führende Vertreter der Naturheilbewegung wie Adolf Keller-Hoerschelmann kritisierten deshalb, dass die freie Arztwahl für die Anhänger und Anhängerinnen der Naturheilkunde „nur auf dem Papier“ bestehe.²⁷¹

Mehr noch als die eingeschränkte Wahlfreiheit störte sich Keller-Hoerschelmann an der Funktionsweise der neuen Kranken- und Unfallversicherung. Zwar berge die „Krankenkassenidee“ einen „sehr humanen, edlen und idealen Keim in sich“, vom „Standpunkt der modernen Gesundheitspflege aus“ sei das „System der Krankenkassen“ jedoch „ein ganz veraltetes und unzweckmäßiges.“ Nur schon „der Gedanke, daß man ja in einer Krankenkasse“ sei, lasse „einen leichter erkranken“. Wer im Krankheitsfall immer auf kostenlose Hilfe vertrauen könne, achte im Alltag weniger auf seine Gesundheit. Viele Krankenkassenpatienten würden den Arzt dann „auch wegen Kleinigkeiten aufsuchen, wo sie sich mit gutem Willen ganz gut selbst helfen könnten“. Andere lassen sich länger krankschreiben als nötig oder würden Krankheiten sogar simulieren, um von den Kassenleistungen zu profitieren. In diesem System werde „nur der prämiert, der viel krank ist, der seine Gesundheit vernachlässigt, in den Tag hinein lebt.“ Wer sich dagegen wie die Anhänger der Naturheilbewegung um die eigene Gesundheit kümmere und deshalb nicht krank werde, habe „von der Krankenkasse nur Nachteile.“ Aber gerade diese Leute sollten für ihr vorbildliches Verhalten „belohnt werden“, indem sie einige arbeitsfreie Nachmittage „zur Gesundheitspflege“ erhalten, um beispielsweise ins „Luft- und Sonnenbad“ zu gehen. Wer über einen längeren Zeitraum die Leistungen der Krankenkasse nicht in Anspruch nehme, solle möglichst auch „einen gewissen Betrag als Prämie zurückbekomm[en].“ So äusserte Keller-Hoerschelmann die Hoffnung, dass sich „später einmal eine Gesundheits- oder Wohlfahrtskasse bilde“, die sich viel stärker um die Aufklärung und Vorbeugung kümmere als die „vielen Krankenkassen“.²⁷²

270 O. A., Zur Kranken- und Unfallversicherung, in: Volksgesundheit, 1/20 (1908), S. 9.

271 Adolf Keller-Hoerschelmann, Was bringt uns das eidg. Kranken- und Unfallversicherungsgesetz, in: Volksgesundheit, 5/8 (1912), S. 3.

272 Ebd., S. 3.

Mit diesen Präventionsforderungen und Bonusideen für gesund lebende Versicherte nahm Keller-Hoerschelmann einen sozialpolitischen Gesundheitsdiskurs vorweg, der sich im Verlauf des 20. Jahrhunderts im Zuge der voranschreitenden Ökonomisierung des Sozialen verstärkte: Gesundheit erscheint darin als „konsumierbares Gut“.²⁷³ Sie kann durch korrekte Verhaltensweisen gesteigert werden, nimmt bei selbst verschuldetem Fehlverhalten aber auch ab. Wer krank wird, muss sich deshalb fragen, ob er sich genügend um seine Gesundheit gekümmert hat. Aus dieser Perspektive wird Krankheit vor allem als vermeidbarer Kostenfaktor bewertet, den es durch gezielte Präventionsmassnahmen, Aufklärungskampagnen oder Anreizsysteme zu vermeiden gilt. Mit der Neoliberalisierung der Gesellschaft im ausgehenden 20. Jahrhundert erlebten diese Gesundheitsvorstellungen ihren Durchbruch. Die Forderung nach selbstverantwortlicher Sorge um die eigene Gesundheit ging mit dem Abbau von staatlichen Sozialleistungen und der Deregulierung der Wirtschaft einher.²⁷⁴ Noch bevor sich der Sozialstaat in der Schweiz im frühen 20. Jahrhundert überhaupt entfalten konnte, kämpften naturheilkundliche Akteure für ein Gesundheitssystem, das möglichst viel Verantwortung und Risiken den Individuen überträgt. Dieser Ansatz war nicht nur in der Naturheilbewegung vorhanden, auch andere lebensreformerische Bewegungen legten viel Wert auf die Entfaltung eines selbstverantwortlichen Individuums, das sich um die eigene Gesundheit kümmert. Sie entwickelten dazu Verhaltensregeln, veröffentlichten Ratgeberliteratur und organisierten Vorträge und Kurse.

273 Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 254.

274 Vgl. ebd., S. 254 f.; siehe dazu u. a. auch: Ulrich Bauer, Die sozialen Kosten der Ökonomisierung von Gesundheit, in: *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 56/8-9 (2006), S. 17–24; Bernhard Blanke/Helga Kania, Die Ökonomisierung der Gesundheitspolitik. Von der Globalsteuerung zum Wettbewerbskonzept im Gesundheitswesen, in: *Leviathan*, 24/4 (1996), S. 512–538.

3. Vegetarisch, alkoholfrei und natürlich: Ernährungsreform und Reformwirtschaft

Zwischen Selbstoptimierung und Biopolitik: Die Gesundheitsideale der vegetarischen Bewegung

Die vegetarische Bewegung breitete sich aus Deutschland, den Vereinigten Staaten und Grossbritannien kommend im ausgehenden 19. Jahrhundert in der Schweiz aus. Im Unterschied zu den vegetabilen Diäten, die in Schweizer Kuranstalten in dieser Zeit bereits verbreitet waren, propagierte diese Bewegung die vegetarische Ernährungsweise nicht mehr nur als Naturheilbehandlung für Kranke, sondern als Grundlage eines umfassenden, gesundheitsorientierten Lebensstils. Der Vegetarismus gründete auf einer „reglementierte[n] Lebensführung“, die sich an holistischen Gesundheitsidealen und Natürlichkeitsvorstellungen orientierte und die „persönliche Fähigkeit zur Selbstkontrolle und Enthaltbarkeit“ betonte.²⁷⁵ Die Vegetarier und Vegetarierinnen schränkten ihre Reformbestrebungen dabei nicht auf die Ernährung ein, sondern strebten auch in weiteren Lebensbereichen wie der Wohnform, Sexualität, Kleidung oder Körperpflege gesundheitsfördernde Verhaltensweisen an. So beschrieb Eduard Baltzer den Vegetarismus schon 1870 als Programm zur Selbstregulierung des eigenen Körpers:

Der Vegetarianismus lehrt daher besonders durch angemessene Körperübung und Hautpflege die Lebensbedingungen erfüllen und führt sicheren Schrittes zur geschlechtlichen Selbstbeherrschung wie überhaupt zur Herrschaft des gesunden Geistes im gesunden Körper. [...] Man kann also sagen, der Vegetarianismus ist die Kunst des gesunden vernünftigen Lebens, die Quelle und Blüte des individuellen und socialen Heils.²⁷⁶

Wie die Soziologin Eva Barlösius schreibt, war der Fleischverzicht dabei nicht die „originäre und ursprüngliche Bindungskraft“, sondern lediglich ein „erfolgreiches Mittel zur kommunikativen Selbst- und Fremdbegrenzung“.²⁷⁷ Kaum

275 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 9.

276 Eduard Baltzer, Was ist Vegetarianismus? In: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 1/20 (1870), S. 308.

277 Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 11.

ein anderes Lebensmittel habe in der Geschichte der Ernährung so eindeutig Luxus und Überfluss symbolisiert wie Fleisch. Darum setzten im 19. Jahrhundert auch die sozial aufsteigenden bürgerlichen Mittelschichten möglichst viel Fleisch auf ihren Speisezettel, um ihren wachsenden Wohlstand zu repräsentieren. Wer sich Fleisch leisten konnte und trotzdem darauf verzichtete, versuchte sich öffentlich von diesem Streben nach materiellem Wohlstand abzugrenzen und postulierte stattdessen andere Werte und Lebensziele, die sich stärker an Gesundheitsidealen orientierten. Die Vegetarier und Vegetarierinnen verzichteten dabei nicht nur auf Fleisch, sondern mieden auch andere Nahrungs- und Genussmittel wie Alkohol, Kaffee, Tabak, Salz oder Zucker, die bereits von der Naturheilbewegung als besonders ungesund deklariert wurden. Die Historikerin Judith Baumgartner betont, dass die Ernährungsreform neben diesem Verzichtspostulat auch den „Verzehr von möglichst naturbelassenen, frischen und unverarbeiteten Lebensmitteln“ einforderte.²⁷⁸ Dazu gehörten unter anderem Vollkornprodukte, alkoholfreie Getränke und möglichst regionale, nach biologischen Richtlinien erzeugte Vegetabilien.

Die vegetarische Bewegung postulierte ihre Handlungsanweisung nicht nur zur individuellen Optimierung der eigenen Lebensweise, des Körpers und des Selbst, sondern auch als Instrument zur Regulierung der Gesellschaft. So wie die Naturheilbewegung ihre Behandlungsmethoden als Beitrag für die „Volks-gesundheit“ propagierte, sollte auch die gesundheitsfördernde Wirkung einer vegetarischen Lebensweise nicht nur dem Einzelmenschen nützen, sondern die ganze Bevölkerung leistungsfähiger und zufriedener machen. Die Auswahl der richtigen Nahrungsmittel, die planmässige Verarbeitung, Zubereitung und Konsumation wurden in der vegetarischen Bewegung als existentielles Problem diskutiert, das über Leben und Tod des Einzelnen und der gesamten Bevölkerung entscheidet. Die Historikerin Corinna Treitel beschreibt diese Sorge um den individuellen Körper und die Lenkung der Bevölkerung darum auch als angewandte Biopolitik.²⁷⁹

Mit ihren Ernährungspraktiken strebte die vegetarische Bewegung aber nicht nur die Verbesserung des Gesundheitszustandes der Bevölkerung an, der Vegetarismus versprach auch wirtschaftliche Vorteile für den Einzelnen und die Gesellschaft. Im Vergleich zum Gemüse- und Getreideanbau sei die Milch- und Fleischproduktion äusserst ineffizient und kostenintensiv. Volkswirtschaftliche

278 Judith Baumgartner, Ernährungsreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 118.

279 Vgl. Treitel, *Eating Nature in Modern Germany*, S. 7–18.

Berechnungen würden zeigen, dass auf der gleichen Anbaufläche viel mehr pflanzliche als tierische Kalorien erzeugt werden könnten. Mit einer vegetarischen Ernährungsweise sei der Staat in der Lage, eine viel grössere Bevölkerung mit weniger Land zu ernähren und damit seine Wettbewerbsfähigkeit zu steigern. Diese Rechnung gelte auch für die privaten Haushalte, die durch den Vegetarismus ihre Ausgaben reduzieren könnten.²⁸⁰ Mit dieser Argumentation verortete die vegetarische Bewegung ihre Ideen als Instrument zur Bewältigung der sogenannten sozialen Frage, die sich infolge des rasanten Bevölkerungswachstums, der anhaltenden Urbanisierung und der beschleunigten Industrialisierung im ausgehenden 19. Jahrhundert immer mehr zuspitzte. Im Unterschied zu anderen sozialen Bewegungen wie etwa der Arbeiterbewegung strebten die Vegetarier und Vegetarierinnen aber keine staatlich koordinierten Wirtschafts- und Sozialreformen an, um beispielweise die prekären Lebensbedingungen der Bauern, Handwerker und Industriearbeiterinnen zu verbessern, sondern appellierten an die Selbstverantwortung der Einzelmenschen, die eigene Lebensweise zu verändern. Die vegetarische Bewegung dürfe den Menschen die Ernährungsreform nicht aufzwingen, jeder Einzelne sollte sich selbst dafür entscheiden. Eva Barlösius interpretierte diese liberal-individualistische Herangehensweise der vegetarischen Bewegung als Individualisierung der sozialen Frage: Nicht der Staat, bestimmte Klassen oder Gesellschaftsgruppen sollen den sozialen Wandel anstossen, sondern die einzelnen Individuen, die sich maximal zu kleinen Gemeinschaften zusammenschliessen.²⁸¹

Diese Strategie der Selbstreform als Ausgangspunkt einer umfassenden Gesellschaftsreform sollte für alle weiteren lebensreformerischen Bewegungen im 19. und 20. Jahrhundert tonangebend werden. Wie der Historiker Wolfgang Krabbe betont, strebten diese kulturorientierten Bewegungen keine Gesellschaftsänderung durch parteipolitische Partizipation oder gar durch einen revolutionären Umsturz an, sondern die Veränderung des Einzelmenschen. Mithilfe von Multiplikatoren wie Lehrerinnen, bekannten Ärzten und Wissenschaftlerinnen, Schriftstellern, Journalistinnen und anderen öffentlich sichtbaren Personen sollte diese Selbstreform in der ganzen Gesellschaft angeregt werden.²⁸² Auch in der Schweiz folgten die meisten lebensreformerisch orientierten

280 Vgl. William Andrus Alcott, *Vegetable Diet. As Sanctioned by Medical Men, and by Experience in All Ages*, Boston 1838, S. 255–259.

281 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 200–205.

282 Vgl. Wolfgang R. Krabbe, *Lebensreform/Selbstreform*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 73 ff.

Akteure dieser Strategie. Wie bereits im vorherigen Kapitel deutlich wurde, versuchten Lebensreformer und Lebensreformerinnen aber auch die politischen Entscheidungsfindungsprozesse direkt zu beeinflussen oder staatliche Regulierungsmassnahmen anzustossen.

Subjektivierung in der Konsumgesellschaft: Anders essen, um ein anderer Mensch zu werden

Der selbstreformerische Ansatz lebensreformerischer Bewegungen erreichte in einkommensschwachen Bevölkerungsschichten kaum Zuspruch. Wie Eva Barlösius durch eine Auswertung der Adressbücher des *Vereins für natürliche Lebensweise* herausfand, übernahmen vor allem Menschen aus den neuen, urbanen Mittelschichten den vegetarischen Lebensstil. Von den knapp 1'200 Mitgliedern waren die meisten im wachsenden Tertiär- bzw. Dienstleistungssektor beschäftigt. Während der agrarische Sektor kaum vertreten war und nur wenige Fabrikarbeiterinnen und einige Handwerker sich einem vegetarischen Verein anschlossen, waren die allermeisten Mitglieder Kaufleute, Beamte, Lehrerinnen, Büroangestellte, Ärzte, Ingenieure und Künstlerinnen. Diese Berufsgruppen waren nicht direkt durch die Industrialisierung und Technisierung agrarischer und handwerklicher Berufe betroffen, sondern bildeten sich erst im Zuge der Professionalisierungs-, Bürokratisierungs- und Ökonomisierungsprozesse im ausgehenden 19. Jahrhundert. Im Unterschied zu den Arbeiterschichten, die kein Interesse an den Verzichtspostulaten des Vegetarismus hatten, weil sie sich wegen des geringen Einkommens oft gar kein Fleisch und andere Genussmittel leisten konnten, fühlten sich die sozialen Aufsteiger der neuen Mittelschichten durch die Gesundheitsideale und Optimierungsversprechen der vegetarischen Bewegung stark angesprochen.²⁸³ Einerseits konnten sie sich durch den bewusst inszenierten Verzicht von anderen Gesellschaftsschichten abgrenzen und andererseits mit bürgerlichen Tugenden wie Leistungsbereitschaft, Selbstdisziplin und Askese schmücken, die untrennbar mit dem Vegetarismus verbunden waren. Barlösius beschreibt den Vegetarismus deshalb auch als „Instrument zur kulturellen Verbürgerlichung“.²⁸⁴ Mit dem gesundheitsorientierten Lebensstil der vegetarischen Bewegung konnten sie

283 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 98–171. Eine ähnliche Zusammensetzung lebensreformerischer Organisationen zeigte sich auch in der Schweiz. Siehe dazu die Auswertung der Mitglieder des *Schweizerischen Lichtbundes* in Kapitel 5.4.

284 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, 1997, S. 171.

sich einen bürgerlichen Habitus einverleiben, jedoch ohne die negativ besetzten Verhaltensweisen des wohlstandsverwöhnten Genussbürgers zu übernehmen.

Die Beschäftigung mit medizinischen Fragestellungen und die intensive Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und dem Selbst erforderten ein hohes Mass an Reflexionsvermögen. Für die neuen Mittelschichten, die sich vor allem im wachsenden, urbanen Raum ausbreiteten, bot der Vegetarismus eine Möglichkeit, sich in einer zunehmend individualisierten, enttraditionalisierten und unübersichtlich gewordenen Gesellschaft zu orientieren und sich mit bestimmten Idealen und Wertvorstellungen zu identifizieren. Die Beschäftigung mit dem vegetarischen Wissen war immer auch eine Auseinandersetzung mit der eigenen Identität. Es galt die Körperfunktionen zu beobachten, die Ernährung neu zu ordnen und die Auswirkungen der eigenen Lebensweise auf die Gesellschaft und die Umwelt zu hinterfragen. Damit bot der Vegetarismus Menschen aus der bürgerlichen Mittelschicht nicht nur eine Gelegenheit zur kulturellen Verbürgerlichung, sondern auch zur Subjektivierung.

Kultur- und sozialwissenschaftliche Subjekttheorien analysieren die Entstehung und Entwicklung des „autonomen, handlungsfähigen und zur Emanzipation begabten Subjekts“ in neuzeitlichen und modernen Gesellschaften. Sie fragen nach den „historischen Faktoren und Bedingungen, die den Einzelnen zu einem gesellschaftlich akzeptierten und handlungsfähigen Subjekt machen.“ Der Prozess der Subjektivierung beschreibt, wie sich Menschen „im Gefüge sozialer und kultureller Dispositionen, wie beispielsweise durch Erziehung, technische Apparaturen, Bürokratien, juridische Regelungen, Konzepte körperlicher Gesundheit oder innerhalb architektonischer Räume, [...] selbst produzieren und produziert werden.“²⁸⁵ Wie die Historikerin Maren Möhring schreibt, lässt sich „über die Alltagspraxis des Essens die Herstellung von Selbstverständnissen und Selbstverhältnissen eingehend analysieren“.²⁸⁶ Mithilfe der streng reglementierten Ernährungsweise und systematischen Körperpflege konnten sich die Vegetarier und Vegetarierinnen als handlungsfähige Individuen präsentieren, die selbstbestimmt den eigenen Körper formen,

285 Wiebke Wiede, Subjekt und Subjektivierung, Version: 2.0, in: Docupedia-Zeitgeschichte, 26.10.2019, http://docupedia.de/zg/Wiede_subjekt_und_subjektivierung_v2_de_2019 (13.04.2020).

286 Maren Möhring, Essen als Selbsttechnik. Gesundheitsorientierte Ernährung um 1900, in: Norman Aselmeyer/Veronika Settele (Hg.), Geschichte des Nicht-Essens. Verzicht, Vermeidung und Verweigerung in der Moderne, Berlin 2018, S. 59.

einem gesundheitsorientierten Lebensstil folgen und sich mit Gleichgesinnten vergemeinschaften.²⁸⁷

Mit der industriellen Massenproduktion und der sich entfaltenden Marktgesellschaft nahm der Konsum eine immer wichtigere Rolle im Prozess der Subjektivierung ein.²⁸⁸ Wie der Soziologe Dominik Schrage schreibt, erfordert der „Konsum im Marktumfeld [...] eine spezifische, auf die Realisierung von Eigeninteresse ausgerichtete Form von Individualität und bringt sie zugleich performativ hervor.“ Die Menschen müssen sich nicht nur über ihre eigenen Bedürfnisse bewusst werden, sondern diese auch kontinuierlich, durch „autonome Entscheidungen“ verfolgen. Obwohl die „Entscheidungsspielräume des Konsums“ für viele Menschen noch bis weit ins 20. Jahrhundert sehr begrenzt waren, weil sie mit ihrem geringen Einkommen nur die Grundbedürfnisse decken konnten, wuchs die Anzahl von Konsumenten und Konsumentinnen, die aus einer exponentiell anwachsenden Fülle an Produkten auswählen konnten.²⁸⁹ Bereits das aufsteigende Bürgertum leistete sich im 18. Jahrhundert immer mehr Luxusprodukte und Genussmittel. Mit den steigenden Einkommen und den sinkenden Preisen durch die industrielle Massenproduktion partizipierten seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert auch die neuen Mittelschichten an dieser entstehenden Konsumgesellschaft und nutzten unter anderem den gesundheitsorientierten Lebensstil der vegetarischen Bewegung als Mittel zur Subjektivierung.²⁹⁰

Im Unterschied zur agrarischen Subsistenzwirtschaft, in der sich Menschen hauptsächlich selbst versorgen und nur wenige Produkte auf lokalen Märkten erwerben, zeichnet sich die Konsumgesellschaft durch ein vielfältiges, ständig verfügbares Warenangebot aus, das sämtliche Bedürfnisse abdeckt und beständig neue Konsumanreize setzt. Nicht erst in den 1960er Jahren zeigten sich in westlichen Ländern wie der Schweiz typische Merkmale einer Konsumgesellschaft, schon im ausgehenden 19. Jahrhundert ging der Selbstversorgungsgrad

287 Vgl. ebd., S. 39–60.

288 Konsum wird als Erwerb, Verzehr oder Nutzung von Nahrungsmitteln, Gebrauchsgütern, Mobilitätsangeboten oder Freizeitaktivitäten verstanden. Wer diese Dinge konsumiert, gilt als Konsument oder Konsumentin. Siehe dazu u. a.: Heinz-Gerhard Haupt, *Konsum und Handel. Europa im 19. und 20. Jahrhundert*, Göttingen 2003, S. 9–30.

289 Dominik Schrage, *Subjektivierung durch Konsum*, in: Karl-Siegbert Rehberg (Hg.), *Die Natur der Gesellschaft. Verhandlungen des 33. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006*, Frankfurt a. M. 2008, S. 3957 f.

290 Vgl. ebd. S. 3952–3961.

infolge der zunehmenden Lohnarbeit und der urbanen Lebensweise zurück. Das steigende Einkommen, der höhere Bildungsgrad und die wachsende Freizeit ermöglichten es zuerst den Ober- und Mittelschichten, ab den 1930er Jahren auch Teilen der Arbeiterschaft, sich an den neuen Konsumpraktiken zu beteiligen. Günstig hergestellte Massenprodukte der Textil-, Möbel- und Nahrungsmittelindustrie erreichten schon um 1900 weite Teile der Bevölkerung, technische Gebrauchsgüter wie Radios und Küchengeräte, aber auch Freizeitaktivitäten und Ferienreisen folgten in der Zwischenkriegszeit. Konsumgenossenschaften, Warenhäuser, Fachgeschäfte und Speisehäuser boten ständig wachsende Produktpaletten an. Um sich voneinander abzugrenzen, entwickelten erste Unternehmen eigenständige Marken, schalteten Werbung in den Medien und versuchten durch Marktforschung die Bedürfnisse der Konsumenten herauszufinden oder neue Begehrlichkeiten zu erzeugen. Aber nicht nur das wissenschaftliche Interesse am Verbraucher stieg in dieser Zeit an, auch die Politik begann sich für die Belange der Konsumenten einzusetzen. Regulierungs- und Überwachungsmassnahmen sollten die Sicherheit und Zuverlässigkeit der Waren erhöhen und vor Betrug und Wucher schützen. Gleichzeitig erkannten auch die Konsumenten den Einfluss ihrer Kaufentscheidungen auf Wirtschaft, Politik und Kultur. Sie wählten Produkte und Dienstleistungen bewusst aus, um sich entlang der Klassen, Geschlechter oder Lebensstile voneinander abzugrenzen.²⁹¹

Für die Vegetarier und Vegetarierinnen bot das wachsende Warenangebot die Möglichkeit, sich gegen oder für bestimmte Produkte und Dienstleistungen zu entscheiden, sich mit diesem spezifisch ausgewählten Konsum zu identifizieren und damit den selbst gewählten Lebensstil nach aussen zu inszenieren. Genauso wichtig wie der bewusste Verzicht auf vermeintlich „unge-sunde“ und „unnatürliche“ Produkte wie Fleisch, Alkohol oder Tabak war jedoch der Verbrauch alternativer, als „gesund“ und „natürlich“ deklarerter Produkte und Dienstleistungen. Ob alkoholfreie Weine, koffeinfreier Kaffee, Sojamilch, biologisches Gemüse, Naturkosmetik, Reformkleider oder Sandalen – die Gesundheits- und Natürlichkeitsideale der Vegetarier und Vegetarierinnen materialisierten sich in einem vielfältigen Warenangebot, das in spezialisierten Verkaufsstellen – Reformhäusern, vegetarischen Restaurants

291 Vgl. Claudius Torp/Heinz Gerhard Haupt, Einleitung. Die vielen Wege der deutschen Konsumgesellschaft, in: Heinz-Gerhard Haupt/Claudius Torp (Hg.), Die Konsumgesellschaft in Deutschland 1890–1990. Ein Handbuch, Frankfurt/New York 2009, S. 9–15.

oder Abstinenz-Cafés – angeboten wurde. Wie die Historikerin Florentine Fritzen in ihrer Dissertation über die Lebensreformbewegung in Deutschland schreibt, konnten sich die Kunden mithilfe der Reformprodukte den gesundheitsorientierten Lebensstil „im Wortsinn einverleiben.“²⁹² Sie assen und tranken gesunde Nahrungsmittel, pflegten ihren Körper mit natürlichen Lotionen und förderten die Hautatmung durch hygienische Kleidung. Erst das wachsende Reformangebot und die neuen Konsumorte ermöglichten die praktische Durchführung eines gesundheitsorientierten Lebensstils und stabilisierten damit die vegetarische Bewegung über einen sehr langen Zeitraum.²⁹³

Die vegetarische Bewegung kritisierte verschiedenste Entwicklungen der aufkommenden Industrie- und Konsumgesellschaft als Bedrohung für die Gesundheit. Geradezu exzessiv war sie auf der Suche nach schädlichen Anbaubedingungen, Verarbeitungsverfahren und Nahrungszusätzen. Die Fundamentalkritik am stark steigenden Fleisch-, Milch-, Alkohol-, Zucker- und Tabakverbrauch diente der vegetarischen Bewegung als argumentative Grundlage ihrer Forderungen nach einer anderen, gesünderen, mit der Natur verbundenen Lebensweise.²⁹⁴ Zugleich war die Entstehung der Reformwirtschaft nur unter den Bedingungen einer industrialisierten, marktorientierten Konsumgesellschaft mit genügend zahlungskräftigen Konsumenten möglich, die dazu bereit waren, einen Aufpreis für Produkte mit spezifischen Gesundheits- und Natürlichkeitsdeklarationen zu zahlen. Die Reformwirtschaft regte mit ihren hochspezialisierten Produkten und Dienstleistungen sogar die Individualisierung des Konsums an.²⁹⁵ Die vegetarische Bewegung kritisierte die moderne Gesellschaft, aus der sie hervorging, nutzte zahlreiche Errungenschaften dieser Gesellschaft und förderte mit ihren Aktivitäten sogar einige Modernisierungsprozesse.

Aufbau des Kapitels

Mit der intensivierten Landwirtschaftsproduktion und dem Aufstieg der Nahrungsmittelindustrie veränderte sich vor allem in den Städten die alltägliche Ernährungsweise. Während die Menschen immer mehr Fleisch, Milch, Zucker,

292 Florentine Fritzen, *Gesünder leben. Die Lebensreformbewegung im 20. Jahrhundert*, Stuttgart 2006, S. 21.

293 Vgl. ebd., S. 20 f.

294 Vgl. ebd., S. 28–36.

295 Siehe zur Individualisierung des Konsums: Wolfgang König, *Geschichte der Konsumgesellschaft*, Stuttgart 2000, S. 432–438.

Kaffee, Alkohol, Tabak und industriell verarbeitete Produkte konsumierten, sank der durchschnittliche Verbrauch von Getreide, Hülsenfrüchten und frischem Gemüse. Wie die vegetarische Bewegung auf diese Transformationsprozesse reagierte, wie sie die veränderte Ernährungsweise interpretierte und welche Gegenmassnahmen sie realisierte, wird in diesem Kapitel analysiert. Der erste Teil beschreibt, wie sich die vegetarische Bewegung im 19. Jahrhundert aus den Vereinigten Staaten und England kommend im deutschsprachigen Raum ausbreitete und welche Rolle Akteure aus der Schweiz wie Theodor Hahn, Wilhelm Dock und Max Bircher-Benner dabei spielten. Im zweiten Teil des Kapitels liegt der Fokus auf der Genussmittelkritik und der damit verbundenen Krisendiagnose. Um 1900 weckte die wissenschaftliche Abstinenzbewegung sozialdarwinistisch markierte Degenerationsängste und regte eugenische Gesundheitsmassnahmen an. Die Naturheil- und Vegetarierbewegung nutzte diese Bedrohungsszenarien, um ihre lebensreformerischen Gesundheitspraktiken zu bewerben. Dass sie dabei nicht nur Verzicht auf Alkohol, Tabak und andere Genussmittel propagierte, zeigt der dritte Teil des Kapitels. In vegetarischen Restaurants, Kaffeehallen und Reformhäusern regte die Naturheil- und Vegetarierbewegung einen alternativen, als „gesund“ und „natürlich“ gekennzeichneten Konsum an. Mit Vollkornprodukten, alkoholfreien Getränken, Biogemüse, Naturkosmetik und Reformkleidern beteiligten sich lebensreformerische Akteure im 20. Jahrhundert an der Ausdifferenzierung der Konsumgesellschaft.

3.1 Anders essen, gesünder leben: Die vegetarische Bewegung

Zwischen Landesausstellung und Vegetarierkongress: Industrialisierung, Technisierung und Ernährungswandel

Am 15. August 1883 hielt der *Deutsche Verein für naturgemässe Lebensweise* seine 14. Jahrestagung in Zürich ab. Der evangelische Theologe Eduard Baltzer (1814–1887) hatte diesen ersten Verein für Vegetarier und Vegetarierinnen im deutschsprachigen Raum 1867 in Nordhausen gegründet. Laut den Veranstaltern sollte das Treffen nun auch „den Gesinnungsgenossen in Helvetia’s Landen Gelegenheit zum mündlichen Austausch“ über die „reformatorischen Ideen“ der vegetarischen Bewegung ermöglichen.²⁹⁶ Auch die *Neue Zürcher Zeitung*

296 Vgl. Hermann Oscar, Vierzehnter Vereinstag des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 16/161 (1883), S. 2563.

betonte in einem Bericht über den „Zürcher Vegetarier-Kongreß“, dass der deutsche Vegetarierversammlung zum ersten Mal die „Reichsgrenzen“ verlassen habe, um „unter dem Einfluß der schweizerischen Neutralität einen internationalen Anstrich“ zu gewinnen. Im kleinen Saal der Zürcher Tonhalle hätten sich dazu „80 Vegetarianer und ebensoviel Carnivoren“ versammelt. Mit amüsant-spöttischem Unterton beschreibt der Journalist, wie die Anwesenden die „hoch moralisch-religiös-politisch-sozial-nationalökonomische [...] Bedeutung des Vegetarianismus“ zelebrierten.²⁹⁷

Dabei ist bemerkenswert, dass dieser erste Vegetarierkongress in der Schweiz parallel zur ersten Schweizer Landesausstellung durchgeführt wurde. Diese Leistungsschau der Schweizer Landwirtschaft, Industrie und Wissenschaft wurde wenige Wochen zuvor, am 1. Mai 1883, ebenfalls in der Zürcher Tonhalle eröffnet.²⁹⁸ Diese Koinzidenz war kein Zufall, vielmehr hatten Zürcher Vegetarier den *Deutschen Verein für naturgemäße Lebensweise* gezielt angefragt, um die Jahrestagung während der Landesausstellung durchzuführen.²⁹⁹ Damit versuchten sie sich bewusst als Akteur einer modernen, technikaffinen und fortschrittsgläubigen Schweiz zu positionieren – auch wenn sie manche der präsentierten Errungenschaften und Produkte des Industriezeitalters ablehnten.³⁰⁰

Die erste Landesausstellung sollte die wissenschaftlichen und ökonomischen Errungenschaften der Schweiz präsentieren. Im Unterschied zu anderen europäischen Ländern wie England und Deutschland verlief die Industrialisierung in der Schweiz in der ersten Hälfte des 19. Jahrhunderts dezentral. Trotzdem gehörte sie um 1900 zu den am stärksten industrialisierten Ländern der Welt. Vor allem die Elektrotechnik, Maschinen- und Chemieindustrie bescherte der Schweiz ein vergleichsweise starkes Wirtschaftswachstum. Während der primäre, landwirtschaftliche Beschäftigungssektor zwischen 1850 und 1888

297 Neue Zürcher Zeitung, 15./16. August 1883; siehe dazu auch: Niederhauser, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren?“, S. 20.

298 Siehe zur ersten Schweizer Landesausstellung in Zürich: Hermann Bächler, *Drei schweizerische Landesausstellungen*. Zürich 1883, Genf 1896, Bern 1914, Zürich 1970, S. 27–68.

299 Vgl. o. A., *Vereinstag 1883*, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 16/156 (1883), S. 2496.

300 Siehe zu dieser ambivalenten Haltung lebensreformerischer Akteure zu den modernen Transformationsprozessen u. a.: Thomas Rohkrämer, *Eine andere Moderne? Zivilisationskritik, Natur und Technik in Deutschland 1880–1933*, Paderborn u. a. 1999.

von 57 % auf 37 % sank, stieg der sekundäre, industrielle Beschäftigungssektor auf 41 % an, wo er auch die darauffolgenden Jahrzehnte verbleiben sollte. Bemerkenswert für die Schweiz war der schnelle Aufstieg des tertiären Dienstleistungssektors, der vor allem durch die Banken- und Versicherungsbranche, den Tourismus wie auch den Innen- und Aussenhandel geprägt wurde. Ab den 1920er Jahre leisteten diese Bereiche sogar einen grösseren Beitrag zum BIP-Wachstum als die Industrieproduktion.³⁰¹

Einen wichtigen Beitrag zur wirtschaftlichen Entwicklung der Schweiz leistete im ausgehenden 19. Jahrhundert die Nahrungsmittelindustrie. Industriell verarbeitete Lebensmittel und Genussmittel gehörten nicht nur zu den wichtigsten Exportgütern, auch innerhalb der Schweiz hatte sich der Konsum dieser Produkte innert weniger Jahrzehnte stark ausgeweitet. Neue Anbautechniken, die Ausweitung der Ackerböden (insb. Kartoffelanbau), die Intensivierung der Viehwirtschaft und später auch die Technisierung der Feldarbeit und der Einsatz künstlicher Düngemittel ermöglichten eine massive Steigerung der landwirtschaftlichen Nahrungsmittelproduktion im Verlauf des 19. Jahrhunderts.³⁰²

301 Einerseits fehlten in der Schweiz günstige Kohlevorkommen für den Betrieb zentralisierter, maschinenbetriebener Fabriken, andererseits gab es in der Schweiz genügend billige Arbeitskräfte, um die meisten Güter – insbesondere auch arbeitsintensive Nischenprodukte der Stickerei- und Uhrenbranche – in Handarbeit herzustellen. Erst durch die Vereinheitlichung des Binnenmarktes infolge der Bundesstaatsgründung 1848, die Nutzung der Wasserkraft als Energiequelle und den Ausbau der Verkehrsinfrastruktur in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts breitete sich die zentralisierte Fabrikarbeit in den urbanen Regionen der Schweiz aus: vgl. Béatrice Veyrassat, Industrialisierung, in: Historisches Lexikon der Schweiz (Onlineversion): <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D13824.php> (14.02.2019); siehe zur Wirtschaftsgeschichte der Schweiz um 1900 auch: Hansjörg Siegenthaler, Die Schweiz 1850–1914, in: Hermann Kellenbenz et al. (Hg.), Handbuch der europäischen Wirtschafts- und Sozialgeschichte, Bd. 5, Stuttgart 1985, S. 443–473.

302 Vgl. Roman Rossfeld, Ernährung im Wandel. Lebensmittelproduktion und -konsum zwischen Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur, in: Claudius Torp/Heinz Gerhard Haupt (Hg.), Die Konsumgesellschaft in Deutschland 1890–1990, Frankfurt/New York 2009, S. 27–31. Grosse Hungerkrisen, wie sie die Schweiz regelmässig durchlebte, gehörten damit der Vergangenheit an. Zwar begleitete der Hunger die ärmeren Bevölkerungsschichten noch bis ins 20. Jahrhundert, verheerende Hungernöte, wie sie 1816/17 in der Folge der klimatischen Veränderungen durch den Tambora-Vulkanausbruch auftraten, gab es jedoch nicht mehr. Siehe dazu: Daniel Krämer, „Menschen grasten nun mit dem Vieh“. Die letzte grosse Hungerkrise der Schweiz 1816/17. Mit einer theoretischen und methodischen Einführung in die historische Hungerforschung, Basel 2015.

Der Bereich „Nahrungs- und Genussmittel“ gehörte deshalb auch an der Landesausstellung zu den umfangreichsten und meistbesuchten Abteilungen. Dort präsentierten unter anderem Maggi, Nestlé, Anglo-Swiss Condensed Milk Company, Sprüngli und Cailler ihre Produkte.³⁰³ Zu den Ausstellern gehörten auch 45 Fleischproduzenten. Der offizielle *Führer durch die Landesausstellung* schwärmte sogar vom „angenehmen Fleischduft“ in der „Wurst- und Schinken-kammer“ und zeigte sich von den „zentnerschwere[n] Salamis“ beeindruckt. Die „Salamiker“ hätten sich damit „den Dank des Vaterlandes“ verdient, nur die „Vegetarianer“ würden sich diesem Lob wohl nicht anschliessen.³⁰⁴ Dieser spöttische Seitenhieb macht deutlich, dass die Vegetarier und Vegetarierinnen schon 1883 als Antagonisten der expandierenden Fleischindustrie bekannt waren.

Wegen der schwierigen Anbaubedingungen in der Alpenregion war die Viehhaltung schon seit dem Mittelalter ein wichtiges Standbein der Schweizer Landwirtschaft. So wurde der Kuhbestand bis 1850 auf eine halbe Million Tiere gesteigert. Infolgedessen wuchs auch die Fleischproduktion und der durchschnittliche Fleischkonsum stark an.³⁰⁵ Noch bis ins 19. Jahrhundert regulierten Zünfte das Metzgerhandwerk und den Fleischverkauf in den Städten. In zentral gelegenen Fleischbänken wurden die Tiere geschlachtet und das Fleisch direkt verkauft. Wegen verschärfter Hygienemassnahmen und der wachsenden Fleischnachfrage wurden die Metzgereien seit den 1870er Jahren in grossen, fabrikartigen Gebäuden an den Stadträndern zentralisiert. Die neuen Zentralschlachthöfe nach französischem Vorbild erleichterten zwar die Lebensmittelkontrolle durch kantonale Behörden, jedoch verschwand die Fleischverarbeitung weitgehend aus dem Sichtfeld der städtischen Bevölkerung.

303 Siehe dazu den offiziellen Ausstellungskatalog: August Waldner, *Officieller Führer durch die Schweizerische Landesausstellung*. Mit Notizen über die Schweiz, Zürich und Umgebung, Zürich 1883.

304 Ebd., S. 364.

305 Vgl. Peter Moser, *Viehwirtschaft (Aufstieg zum wichtigsten Zweig der Landwirtschaft)*, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion): <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D26236.php> (22.02.19); Siehe für detailliertere Zahlen: Thomas Steiger, *Die Produktion von Milch und Fleisch in der schweizerischen Landwirtschaft des 19. Jahrhunderts als Gegenstand bäuerlicher Entscheidungen. Das statistische Bild der Entwicklung der Rindviehhaltung und ihre ökonomische Interpretation*, Bern/Frankfurt a. M. 1982.

Trotz stark ansteigender Schlachtviehbestände bekamen die Konsumenten und Konsumentinnen nur noch das verarbeitete Produkt zu Gesicht.³⁰⁶

Nach 1900 trieben Fließbänder, normierte Handlungsabläufe und Kühlsysteme die Industrialisierung der Fleischproduktion weiter voran. Schon 1865 bauten die *Union Stock Yards* südlich von Chicago ein riesiges Gelände zum grössten Schlachtbetrieb der Welt aus und führten noch vor der Autoindustrie automatisierte Produktionsmethoden ein.³⁰⁷ In der Schweiz setzte sich dieses Konzept der industrialisierten Fleischverarbeitung erstmals 1909 im Zürcher Zentralschlachthof im Letziquartier durch. Die Tiere gelangten mit der Eisenbahn zum Schlachtbetrieb, wo sie nach einem durchrationalisierten System in dafür spezialisierten Räumen getötet, ausgeblutet, abgebrüht, ausgenommen und zerteilt wurden. Die Schlachtung am Fließband, wie sie in den USA um 1900 bereits üblich war, wurde in der Schweiz allerdings erst in den 1970er Jahren eingeführt.³⁰⁸

Da sich die Bevölkerungszahl parallel zum steigenden Viehbestand erhöhte, nahm der durchschnittliche Fleischkonsum im 19. Jahrhundert nur langsam, aber konstant zu. Genaue Zahlen zum individuellen Verbrauch lassen sich wegen der schwierigen Quellenlage kaum ermitteln. Klar ist nur, dass es immer wieder starke Schwankungen beim Fleischverbrauch gab. So errechneten einige Historikerinnen für das Mittelalter einen jährlichen Pro-Kopf-Verbrauch von 70 bis 130 Kilogramm. Andere Historiker wie Wilhelm Abel gehen von deutlich niedrigeren Zahlen aus. Während sich eine kleine Oberschicht das ganze Jahr einen hohen Fleischkonsum leistete, habe der Grossteil der Bevölkerung nur an Festen und bei religiösen Ritualen grössere Mengen Fleisch verzehrt. Als relativ sicher gilt die Annahme, dass sich der Fleischverbrauch ab dem Hochmittelalter bis Anfang des 19. Jahrhunderts wegen des starken Bevölkerungswachstums und stagnierender Nahrungsmittelproduktion deutlich reduzierte. Um 1800 lag beispielsweise in Deutschland der jährliche Fleischkonsum bei gerade noch 15–20 Kilogramm. Vor allem die ärmeren Bevölkerungsschichten lebten in erster Linie von vegetabilen, kohlehydratreichen Produkten wie Kartoffeln, Getreide und Hülsenfrüchten. Mit den wachsenden Viehbeständen und dem

306 Vgl. Peter Haenger, *Das Fleisch und die Metzger. Fleischkonsum und Metzgerhandwerk in Basel seit der Mitte des 19. Jahrhunderts*, Zürich 2001, S. 57–106.

307 Siehe dazu u. a. William Cronon, *Nature's Metropolis. Chicago and the Great West*, New York 1991, S. 225–259.

308 Vgl. Simone Desiderato, *Vom Tier zum Fleisch. Schlachtbetrieb und Fleischgewinnung in Zürich*, in: Dies. et al. (Hg.), *Fleisch für Zürich. 100 Jahre Schlachthof Zürich, 100 Jahre Metzgermeisterverein Zürich, 1909–2009*, Baden 2009, S. 13–43.

Ausbau der Schlachtbetriebe nahm der Fleischkonsum nach 1860 wieder langsam zu, um bis in die 1920er Jahre auf etwa 50 Kilogramm zu steigen.³⁰⁹ Weite Teile der Bevölkerung – insbesondere die Arbeiterschichten – konsumierten aber auch in dieser Zeit noch kaum mehr als 20 Kilogramm Fleisch pro Jahr. Erst nach 1945 konnten sich fast alle Bevölkerungsgruppen wegen sinkender Preise und steigender Einkommen mehr Fleisch leisten. Dazu trug auch die Massentierhaltung bei, die mit grösseren, zentralisierten Betrieben, Kraftfuttermitteln, neuen Züchtungsmethoden und Antibiotikaeinsatz die Fleischproduktion massiv steigerte.³¹⁰

Die wachsenden Rinderherden führten vor allem in der Schweiz dazu, dass neben der Fleisch- auch die Milchproduktion anstieg. Durch verbesserte Futtermittel und gezielte Züchtungen konnte zudem die durchschnittliche Milchmenge pro Kuh erhöht werden.³¹¹ Wegen ihrer kurzen Haltbarkeit musste die Milch im 19. Jahrhundert möglichst schnell konsumiert oder zu Käse und Butter verarbeitet werden. Deshalb bildeten sich vor allem in den Bergtälern und dem Schweizer Mittelland immer grössere Käsereien.³¹² Zugleich regte die verfügbare Milchmenge die Entstehung milchverarbeitender Industriebetriebe wie *Anglo-Swiss Condensed Milk Company* oder Schokoladenhersteller wie *Cailler* an.³¹³ Seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert liessen sich landwirtschaftliche Produkte wie Milch durch neuartige Verarbeitungs- und Konservierungstechniken lange haltbar machen und mit anderen Lebensmitteln kombinieren. Maschinen halfen bei der Zerkleinerung der Ausgangsrohstoffe, Koch- und Erhitzungsprozesse sterilisierten die Nahrungsmittel, das Rösten und Dörren veränderte den Geschmack und chemische Zusatzstoffe manipulierten die Konsistenz.³¹⁴ Auch der oben beschriebene *Führer durch die*

309 Siehe zur Geschichte des Fleischkonsums in Deutschland: Teuteberg/Wiegelmann, Nahrungsgewohnheiten in der Industrialisierung des 19. Jahrhunderts, S. 94–132.

310 Vgl. Urs Lengwiler, Das Stück Fleisch auf dem Teller. Fleischkonsum im Lauf der Zeit, in: Simone Desiderato et al. (Hg.), *Fleisch für Zürich. 100 Jahre Schlachthof Zürich, 100 Jahre Metzgermeisterverein Zürich, 1909–2009*, Baden 2009, S. 75–91.

311 Vgl. Peter Moser/Beat Brodbeck, *Milch für alle. Bilder, Dokumente und Analysen zur Milchwirtschaft und Milchpolitik in der Schweiz im 20. Jahrhundert*, Baden 2007, S. 125.

312 Vgl. ebd., S. 124–159.

313 Vgl. Annatina Seifert, Vom Feld in die Fabrik, in: Dies. (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 22.

314 Thomas Fenner, Vom Rohstoff zum industriellen Produkt, in: Annatina Seifert (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 91–97.

Schweizer Landesausstellung machte 1883 auf neuste Verarbeitungstechniken wie dampfbetriebene Mühlen bei der Mehlherstellung aufmerksam, verwies auf neuartige Konservierungstechniken zur Fabrikation von Kondensmilch und Milchpulver und betonte die wichtige Bedeutung von Schokolade, Käse und Butter als globale Exportprodukte.³¹⁵ Mithilfe der neuen Technologien stellten Unternehmen wie *Nestlé* und *Maggi* in der Schweiz bereits um 1900 erste Fertigprodukte wie Trockensuppen her, die nach Zugabe von heissem Wasser verzehrbereit waren.³¹⁶

Die erste Schweizer Landesausstellung dokumentierte damit nicht nur den Aufstieg der Nahrungsmittelindustrie, die veränderte landwirtschaftliche Produktion und der damit verbundene Wandel der Ernährungsweise in den urbanen Regionen der Schweiz. Der gleichzeitig in Zürich stattfindende Vegetarierkongress markierte auch den Durchbruch einer sozialen Bewegung, die sich gegen diese Transformationsprozesse positionierte und zugleich die technologischen Entwicklungen dieser Zeit für ihre eigenen Zwecke nutzte. Wie eng die Entstehung der modernen, vegetarischen Bewegung an die Ausbreitung einer urbanen Industrie- und Konsumgesellschaft gebunden war, zeigt sich daran, dass sich erste Vegetariergruppierungen in früh industrialisierten Ländern wie England und den Vereinigten Staaten bildeten. Von dort breiteten sie sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts auch auf dem europäischen Festland aus.

315 Vgl. Waldner, *Offizieller Führer durch die Schweizerische Landesausstellung*, S. 356–362.

316 Der deutsche Apotheker Henri Nestlé (1814–1890) emigrierte 1839 nach Vevey, wo er mit der Entwicklung neuartiger Nahrungsmittel begann. 1867 stellte er aus kondensierter Milchpaste und Weizenmehl das sogenannte Kindermehl her. Das Fertigprodukt sollte als vollwertiger Muttermilchersatz dienen und dabei mithelfen, die hohe Kindersterblichkeit zu bekämpfen. Später trieb vor allem Julius Maggi (1846–1912) mit seinen Pulversuppen, Bouillonwürfeln und Gewürzextrakten die industrielle Verarbeitung von Nahrungsmitteln in der Schweiz voran. Ab 1882 war der Unternehmer mit Unterstützung der *Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft* auf der Suche nach einem nahrhaften und zugleich preisgünstigen Fertigprodukt für Arbeiter und Arbeiterinnen. Dazu stellte Maggi aus eiweissreichen Hülsenfrüchten wie Bohnen und Erbsen ein haltbares Pulver her, das sich mit Wasser einfach zubereiten liess: vgl. Annatina Seifert, *Von der Idee zur Erfindung*, in: Dies. (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 60–66.

Von den „Bibelvegetariern“ zum wissenschaftlich begründeten Vegetarismus

Bereits seit Jahrtausenden postulieren Religionen wie der Hinduismus einen weitgehenden Verzicht auf Fleisch. Der Glaube an die Seelenwanderung und Wiedergeburt verbot das Töten von Tieren. Andere Religionen wie der Buddhismus und Jainismus sprachen sich für Gewaltlosigkeit gegenüber allen Lebewesen als ethisches Grundprinzip aus. Zwar gab es auch in der jüdisch-christlichen Tradition immer wieder einzelne Strömungen, die sich in diesem Sinne für eine fleischlose Ernährungsweise einsetzten, die grossen christlichen Kirchen interpretierten hingegen Tiere als gottgegebene Nahrungsquelle. Trotzdem waren es gerade protestantische Gruppierungen wie die Quäker, Mormonen und Siebenten-Tags-Adventisten, die den Vegetarismus in Europa und Nordamerika im 19. Jahrhundert vorantrieben.³¹⁷ Unter anderem propagierte der presbyterianische Prediger Sylvester Graham schon in den 1820er Jahren in den Vereinigten Staaten eine möglichst pflanzliche Ernährung mit strikter Alkohol- und Tabakabstinenz als Grundlage einer gesunden Lebensweise. Sein Streben nach Gesundheit und körperlicher Reinheit begründete er mit religiösen Motiven. Weil der Mensch seinen Körper von Gott geschenkt bekommen habe, müsse er ihn sorgfältig pflegen. Ebenso begründete er den Fleischverzicht mit Bibelstellen, in denen Gott den Menschen Pflanzen als Nahrung zuweist.³¹⁸

Neben sogenannten Bibelvegetariern wie Graham beschäftigten sich in der Vereinigten Staaten im frühen 19. Jahrhundert immer mehr Ärzte und Wissenschaftler mit den Auswirkungen einer vegetabilen und alkoholabstinenten Ernährung. Sie versuchten in vergleichenden, anatomischen Studien oder durch evidenzbasierte Versuche die gesundheitsfördernde Wirkung des Vegetarismus zu belegen. Eine Vorreiterrolle nahm dabei der amerikanische Arzt William Andrus Alcott (1798–1859) ein, der in den 1820er Jahren am *Yale Medical College* Physiologie studierte und 1837 die *American Physiological Society* (APS) mitbegründete. Als Herausgeber der *Library of Health* bemühte er sich um eine populärwissenschaftliche Gesundheitsaufklärung der Bevölkerung. Die Zeitschrift entwickelte sich auch zum Sammelbecken für Ärzte, Physiologen und

317 Vgl. Claus Leitzmann/Markus Keller, *Vegetarische und vegane Ernährung*, Stuttgart 2020, S. 50–53.

318 Vgl. Whorton, *Nature Cures*, 85–92; siehe zu den „Bibel-Vegetariern“ in den Vereinigten Staaten auch: Adam D. Shprintzen, *The vegetarian crusade. The rise of an American reform movement, 1817–1921*, Chapel Hill 2013, S. 10–38.

Wissenschaftler, die sich mit dem Vegetarismus beschäftigten.³¹⁹ In auflagenstarken Büchern wie *Vegetable diet* (1838) versuchte er mit medizinischen und physiologischen Studien die Überlegenheit der vegetarischen Ernährungsweise zu belegen. Darin gab er unter anderem zu bedenken, dass der menschliche Darm ebenso wie das Gebiss an eine vorwiegend pflanzliche Ernährung angepasst sei. Deshalb könne der menschliche Organismus tierische Nahrungsmittel nur ungenügend verdauen und verwerten.³²⁰ Mit dieser evolutionsbiologischen Argumentation erklärte Alcott nicht nur die gesundheitsschädliche Wirkung der Fleischkost auf den einzelnen Menschen, sondern warnte auch vor negativen Auswirkungen auf die Gesundheit der ganzen Bevölkerung:

A flesh-eating nation may retain the supremacy of the world a short time, as several European and American nations have done; just as the laborer, whose brain and nerves are stimulated by ardent spirits, may for a time retain — through the medium of an artificial strength — the ascendancy among his fellow-laborers; but the triumph of both the nation and the individual must be short, and the debility which follows proportionable.³²¹

Diese Niedergangsängste begründete Alcott mit historischen und ethnologischen Beobachtungen. So hätten sich sämtliche Hochkulturen wie die Ägypter, Perser, Römer und Griechen weitgehend ohne Fleisch ernährt. Erst die Abkehr von dieser Lebensweise habe deren gesundheitlichen und damit auch kulturellen und wirtschaftlichen Niedergang eingeläutet. Im Unterschied zu den weitgehend vegetarisch lebenden Bevölkerungen in Japan, China und Indien zeige der steigende Fleisch- und Alkoholkonsum in Europa und Nordamerika bereits fatale Folgen.³²²

Von der „vegetable diet“ zur „naturgemässen Diät“: Der Vegetarismus als Kulturtransfer

Während sich die naturheilkundlichen Wasserbehandlungen aus Deutschland kommend in Frankreich, England und den Vereinigten Staaten ausbreiteten, nahm der wissenschaftlich begründete Vegetarismus den umgekehrten Weg. Das wird schon daran ersichtlich, dass der Begriff „Vegetarier“ oder das ältere „Vegetarianer“ vom englischen Wort „vegetarian“ abgeleitet wurde, das entweder auf den lateinischen Begriff „vegetare“ bzw. „vegetus“ (wachsen oder

319 Vgl. ebd., S. 39–46.

320 Vgl. Alcott, *Vegetable Diet*, S. 224 f.

321 Ebd., S. 262.

322 Vgl. ebd., S. 259–265.

lebendig) zurückgeht oder auf eine pflanzliche Diät („vegetable diet“) hindeutet.³²³ Im deutschsprachigen Raum trieb vor allem Theodor Hahn die Ausbreitung englischsprachiger Schriften über den Vegetarismus voran. Bereits in seinem 1859 veröffentlichten Buch *Die naturgemässe Diät* übersetzte der St. Galler Naturheilarzt zahlreiche Abschnitte aus Alcotts *Vegetable diet*. Diese Texte ergänzte er mit weiteren Stimmen bekannter Ärzte, Physiologen und Schriftstellerinnen aus den Vereinigten Staaten, England und Frankreich. Diese Transferleistung begründete er damit, dass die „Fleischentsagung“ in der deutschen Literatur „noch so gut wie gar keine durchgreifende, principielle, allseitig erschöpfende Fürsprache“ gefunden habe.³²⁴ Auch in seinen weiteren Publikationen über den Vegetarismus bediente sich Hahn bei englisch- und französischsprachigen Autoren. Beispielsweise druckte er in seinem Buch *Der Vegetarismus als neues Heilprinzip zur Lösung der sozialen Frage* (1873) einige ins Deutsche übersetzte Artikel von Russel Trall (1812–1877) ab. Der New Yorker Arzt beschäftigte sich ähnlich wie Hahn anfänglich mit naturheilkundlichen Wasserbehandlungen, setzte sich aber seit den 1840er Jahren zunehmend für den Vegetarismus ein. Mit der seit 1845 erscheinenden Zeitschrift *Water-Cure Journal and Herald of Reforms* erreichte Trall in den Vereinigten Staaten schon 1850 über 25'000 Abonnenten.³²⁵

In Deutschland prägte vor allem der einleitend erwähnte Eduard Baltzer die Ausbreitung des Vegetarismus. Der evangelische Theologe war vor seinem Engagement für den Vegetarismus vor allem als Vorkämpfer für die freireligiöse Bewegung bekannt, die sich für eine humanistisch-aufgeklärte Deutung des Christentums und möglichst weitgehende Autonomie der einzelnen Kirchgemeinden einsetzte.³²⁶ Diese Bewegung war Teil der bürgerlich-liberalen Reform- und Nationalbestrebungen im sogenannten Vormärz zwischen 1815 und 1848. So nahm Baltzer unter anderem auch an der Frankfurter

323 Vgl. Leitzmann/Keller, *Vegetarische und vegane Ernährung*, S. 18 f.

324 Theodor Hahn, *Die naturgemässe Diät. Die Diät der Zukunft*, Cöthen 1859, S. 20.

325 Vgl. Shprintzen, *The vegetarian crusade*, S. 55 ff.

326 Baltzer war Anhänger einer rationalen Theologie, die sich auf wissenschaftliche Erkenntnismethoden stützt. Er lehnte den Glauben an übersinnliche Vorgänge und das Jenseits ab und betonte stattdessen die ethischen Handlungsanweisungen des Christentums. Selbst religiöse Rituale wie Taufe oder Abendmahl versuchte er durch profane Versammlungen und Vorträge über Kultur und Wissenschaft zu ersetzen. Siehe dazu: Jochen-Christoph Kaiser, *Freireligiöse und Feuerbestatter*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 537–549.

Nationalversammlung in der Paulskirche teil.³²⁷ Erst 1866 begann sich Baltzer durch Theodor Hahns Schriften mit den religiös-ethischen, medizinisch-naturwissenschaftlichen und ökonomischen Argumenten und Erklärungsmustern der englischsprachigen Vegetarier und Vegetarierinnen zu beschäftigen.³²⁸ Diese fasste er postwendend in seinem vierbändigen Grundlagenwerk *Die natürliche Lebensweise* (1867 bis 1872) für die deutschsprachige Leserschaft zusammen.

Es ist auffallend, dass sich viele Vorkämpfer des Vegetarismus in liberal-demokratischen und emanzipatorischen Bewegungen engagierten. Neben Hahn und Baltzer war auch der Schriftsteller und Jurist Gustav Struve (1805–1870) ein prominenter Vertreter der 1848er-Bewegung. Er spielte in der sogenannten Märzrevolution im Grossherzogtum Baden eine wichtige Rolle. Nach drei gescheiterten Putschversuchen musste er wie Theodor Hahn in die Schweiz fliehen. Nachdem er dort ausgewiesen wurde, hielt er sich knapp zehn Jahre in den USA auf, wo er im amerikanischen Bürgerkrieg weiterkämpfte. Parallel zu den Grundlagenwerken Baltzers und Hahns veröffentlichte Struve 1869 unter dem Titel *Pflanzenkost – die Grundlage einer neuen Weltanschauung* ein weiteres, für den deutschsprachigen Vegetarismus richtungsweisendes Werk.³²⁹

Vegetarian Society und Deutscher Verein für natürliche Lebensweise: Die Vegetarier und Vegetarierinnen organisieren sich

Im angelsächsischen Raum bildeten sich in den 1840er Jahren erste Gruppierungen, die sich für die Ausbreitung der vegetarischen Lebensweise einsetzten. Als erste Vegetarierorganisation der Welt gilt die 1847 gegründete *Vegetarian*

327 Siehe zum politischen Engagement Eduard Baltzers: Tobias Kaiser, Eduard Baltzer (1814–1887). Ein enttäuschter 1848er-Revolutionär als Gründer des ersten deutschen Vegetarierversins? In: Stefan Gerber/Werner Greiling/Klaus Ries (Hg.), *Zwischen Stadt, Staat und Nation. Bürgertum in Deutschland*, Göttingen 2014, S. 425–450.

328 In einem selbshistorisierenden Artikel im *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise* über die Entstehung des Vegetarismus, wird dieser Transfer zwischen Alcott, Hahn und Baltzer bestätigt: „[A]ber erst durch das von Th. Hahn in seine ‚Naturgemässe Diät‘ umgewandelte treffliche Werk Dr. Alcott’s ‚Vegetable Diet as sanctioned by Medical Men etc‘ nahm die Sache in Deutschland regeren Fortgang, denn durch es wurde der Herausgeber dieses Blattes, unser Ed. Baltzer, bekehrt“: W. E., *Die vegetarische Bewegung der Neuzeit*, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 1/4 (1868), S. 58; siehe dazu auch: Rothschuh, *Naturheilkundebewegung – Reformbewegung – Alternativbewegung*, S. 109 ff.

329 Vgl. Barlösius, *Naturgemässe Lebensführung*, S. 47–57.

Society in England. Drei Jahre später gründete Amos Bronson Alcott (1799–1888), der Vetter von William Andrus Alcotts, zusammen mit Sylvester Graham und Vertretern der amerikanischen Naturheilbewegung 1850 die *American Vegetarian Society* und veröffentlichte kurz darauf die Zeitschrift *American Vegetarian and Health Journal*. In den Folgejahren gab es einen intensiven, transatlantischen Austausch mit der *Vegetarian Society* in England. Ab 1857 schlossen sich die beiden Organisationen sogar zusammen und gaben den *Vegetarian Messenger* als gemeinsames Publikationsorgan heraus.³³⁰

Im deutschsprachigen Raum dauerte es noch einige Jahre länger, bis sich die Vegetarier und Vegetarierinnen organisierten. Erst 1867 gründete Eduard Baltzer im mitteldeutschen Nordhausen unter der Bezeichnung *Freunden der natürlichen Lebensweise* (später: *Deutscher Verein für natürliche Lebensweise*) den ersten deutschen Vegetarier-Verein. Er pflegte von Anfang an enge Kontakte zur angelsächsischen Bewegung.³³¹ Mit dem *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)* erschien kurz darauf auch die erste deutschsprachige Vegetarier-Zeitschrift, die sich ebenfalls sehr stark an Zeitschriften aus dem Vereinigten Königreich und den Vereinigten Staaten orientierte. Beispielsweise wurden häufig Artikel aus *The Vegetarian*, *The Vegetarian Review*, *The Herald of Health*, *The Vegetarian Messenger* und *Natural Food* übernommen.³³²

Wie die Hygiene- und Naturheilvereine setzte auch der *Deutsche Verein für natürliche Lebensweise* auf Aufklärung und Wissensvermittlung durch „Verbreitung von Flugschriften und Broschüren, öffentliche Versammlungen mit Vortrag und darauf folgenden Discussionen“. Um die Bevölkerung von der vegetarischen Lebensweise zu überzeugen, wurde zudem die „Benutzung eines

330 Shprintzen, *The vegetarian crusade*, S. 90 f.

331 Siehe dazu u. a. einen Artikel über die erste Versammlung des *Deutschen Vereins für natürliche Lebensweise*: „Nr. 7 der Tagungsordnung beantragt ‚Herstellung einer Verbindung mit den ausländischen, namentlich englischen und amerikanischen Vegetariervereinen‘: Bericht über den ersten Vereinstag des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 1/10 (1869), S. 154; siehe dazu auch die zahlreichen Beiträge über amerikanische Vegetarismus-Pioniere wie Graham, Alcott und Trall: W. E., Sylvester Graham, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 1/4 (1868), S. 58–61; Robert Springer, Von unsern englischen Gesinnungsgenossen, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 9/81 (1876), S. 1287 ff.; O. A., Prof. Trall’s Biographie, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 13/121 (1880), S. 1932 ff.

332 Siehe dazu u. a.: *Vegetarische Werte*, 1/2 (1895), S. 66 ff.

Fragekastens, Gründung von Lokalvereinen, Bibliotheken, Errichtung von Brodniederlagen, Benutzung der bestehenden geselligen und Bildungsvereine“ angeregt.³³³

In einer 1875 durchgeführten Umfrage zählte der *Deutsche Verein für naturgemässe Lebensweise* 420 Mitglieder aus Norddeutschland, 100 aus Süddeutschland, 123 aus Österreich-Ungarn und 50 aus der Schweiz.³³⁴ Der erste deutschsprachige Vegetarier-Verein hatte damit eine stark transnationale Ausrichtung. Er bot auch für Menschen in der Schweiz lange Zeit die einzige Möglichkeit, sich in einem vegetarischen Verein zu organisieren. Ein Blick auf die in der Schweiz wohnhaften Mitglieder macht deutlich, dass es sich dabei vor allem um Deutsche und Engländerinnen handelte:

Aus der Schweiz waren anwesend Herr Theodor Hahn, Arzt auf der Waid bei St. Gallen, Dr. med. Dock von eben dort, Fräulein Meta Wellmer, Schriftstellerin aus Zürich, Herr Gust. Henschke, ebendaher, Herr Thiele, Professor für Musik aus Montreux, Fräul. Ellen Hadwen, englische Schriftstellerin mit ihrer deutschen Gesellschafterin Fräul. Schimmeyer, ebenfalls aus Montreux; [...]³³⁵

Die vegetarische Bewegung entfaltete sich in der Schweiz vor allem durch Migranten und Migrantinnen, die in der Schweiz arbeiteten, ihr aristokratisches Leben genossen oder im Zuge der 1848er-Revolutionen geflüchtet waren. So zählte neben Theodor Hahn auch der deutsche Arzt Wilhelm Dock (1833–1907) zu den wichtigsten Multiplikatoren des Vegetarismus in der Schweiz.

Zwischen St. Gallen, Lausanne, Berlin und Paris: Wilhelm Dock als Vermittler zwischen deutsch- und französischsprachigen Vegetariern und Vegetarierinnen

Als leitender Mediziner und später auch Besitzer der Kuranstalt *Auf der unteren Waid* in St. Gallen arbeitete Wilhelm Dock in einem der wichtigsten

333 Bericht des Vorstandes des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise für das Geschäftsjahr 1870/71, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 4/34 (1871), S. 543; In „Brodniederlagen“ verteilten Bäcker ihre Produkte in anderen Geschäften oder Restaurants, um mehr Kundschaft zu erreichen.

334 Vgl. R. H., Unsere Statistik, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 8/72 (1875), S. 1142.

335 O. A., Sechster Vereinstag des deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 8/76 (1875), S. 1201.

Knotenpunkte und internationalen Treffpunkte der vegetarischen Bewegung im deutschsprachigen Raum.³³⁶ Der approbierte Arzt tourte mit seinen „populären Vorträgen“ in den 1870er und 1880er Jahren durch die Schweiz und unternahm 1882 im Auftrag des *Deutschen Vereins für natürliche Lebensweise* eine „Propagandareise“ für den Vegetarismus durch Deutschland.³³⁷ An der achten Jahrestagung am 5. September 1877 in Leipzig hielt Dock einen ausführlichen Vortrag über „die sittliche und gesundheitliche Bedeutung des Vegetarismus“, der später in mehreren Auflagen publiziert wurde. Darin betonte er die Bedeutung des Vegetarismus als „vernünftige Lebenskunst“, die „Jedermanns Sache“ sei und „nicht bloß Aufgabe für Gelehrte, Kranke u.s.w.“. Es handle sich dabei um eine „Gesundheitslehre und Gesundheitsübung des ganzen (geistigen und leiblichen) Menschen“.³³⁸

Wilhelm Dock übernahm neben seinem Engagement im *Deutschen Verein für natürliche Lebensweise* auch eine Scharnierposition zwischen deutsch- und französischsprachigen Organisationen der vegetarischen Bewegung. So trat er regelmässig als Redner in der 1874 gegründeten *Société d'hygiène* in Lausanne auf. Der französische Philosophieprofessor Edouard Raoux (1817–1894) hatte den bürgerlichen Hygieneverein zur populärwissenschaftlichen Vermittlung von Gesundheitswissen ins Leben gerufen.³³⁹ Dock hielt am 4. Mai 1876 unter dem Titel *De la physiatric ou des agents thérapeutiques naturels* einen ersten Vortrag. Darin präsentierte er die vegetarische Ernährung neben anderen Naturheilmethoden wie Wasser-, Licht- und Luftbehandlungen als Aspekt der Naturheilkunde. In einem einleitenden „aperçu historique“ stellte

336 Siehe dazu: Adolf Palm, Bei den Vegetariern „auf der Waid“ bei St. Gallen, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 17/167 (1884), S. 2661–2667.

337 Friedrich Wilhelm Dock, Generalbericht über meine Propagandareise vom 31. Januar bis zum 8. April 1882, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 15/146 (1882), S. 2321–2324 u. 15/148 (1882), S. 2353–2357.

338 Friedrich Wilhelm Dock, Ueber die sittliche und gesundheitliche Bedeutung des Vegetarianismus (naturgemässe Lebensweise). Vortrag, gehalten am Vegetarianer-Vereinstag in Leipzig den 5. September 1877, Zürich 1882, S. 8.

339 Vgl. H. Thiele, Allerlei aus der französischen Schweiz, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 9/89 (1876), S. 1409–1420; siehe dazu auch: Laurence Ossipow, La cuisine du corps et de l'âme. Approche ethnologique du végétarisme, du végétalisme, du crudivorisme et de la macrobiotique en Suisse, Neuchâtel 1994, S. 48; siehe zu den Hygienevereinen in der Schweiz: Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 54 ff.

er die Naturheilkunde in die Tradition der hippokratisch-galenischen Medizin und ging auf Prießnitz und Schroth als Begründer der Wasserheilkunde ein. Zugleich nannte er Baltzer, Rausse und Hahn ebenso wie die Amerikaner Graham, Trall und Alcott als Pioniere der vegetarischen Bewegung.³⁴⁰ Mit diesem Referat versuchte Dock den deutsch-amerikanisch geprägten Vegetarismus auch in der Westschweiz bekannt zu machen. Wie das *Journal de Genève* berichtete, war das Interesse an diesen Vorträgen sehr gross:

Les deux conférences du docteur Dock sur la médecine naturelle et le végétarisme ont été très fréquentées par le public de Genève, qui a prouvé par l'attention avec laquelle il a suivi le conférencier et par ses applaudissements un grand intérêt pour les questions hygiéniques, si négligées en général et pourtant si importantes pour tous. Espérons que M. Dock reviendra bientôt et que ses efforts aboutiront à la formation d'une société d'hygiène dans notre ville.³⁴¹

Um die Popularisierung der naturheilkundlichen Behandlungsmethoden und der vegetarischen Lebensweise weiter voranzutreiben, gründete Dock 1880 zusammen mit Edouard Raoux die *Société d'Hygiène générale et de végétarisme de Lausanne*. Damit hatte nun auch die Schweiz einen ersten, unabhängigen Vegetarier-Verein. Er zählte im Gründungsjahr ca. 50 Mitglieder. Bei der Eröffnungssitzung wurde ein Aufsatz von Theodor Hahn vorgelesen und auf die Verdienste Eduard Baltzers und Gustav Struves für die vegetarische Bewegung hingewiesen. Aber im Unterschied zum *Deutschen Verein für naturgemässe Lebensweise* wurde auf ein striktes Fleischverbot verzichtet. Weil „auf französischem Boden [...] der Vegetarismus noch so gut wie unbekannt“ sei, brauche es ein behutsameres Vorgehen, um Mitglieder zu gewinnen.³⁴²

Der Westschweizer Vegetarier-Verein orientierte sich damit am pragmatischen Kurs der fast gleichzeitig in Frankreich gegründeten *Société Végétarienne de Paris*. Der Luftfahrtpionier Abel Hureau de Villeneuve (1833–1898) hatte diese erste französische Vegetarier-Organisation am 11. März 1880 mit einem Dutzend Sympathisanten in Paris gegründet.³⁴³ In Frankreich prägte vor

340 Vgl. Friedrich Wilhelm Dock, De la physiatrie ou Des agents thérapeutiques naturels. Conférence lue le 4 mai 1876 dans une séance publique de la Société d'hygiène de Lausanne, Lausanne 1876, S. 17–20.

341 *Journal de Genève*, 09. März 1879.

342 Henri Thiele, Vom Genfer See, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 13/129 (1880), S. 2061.

343 O. A., Pariser Vegetarier-Verein, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 13/124 (1880), S. 1980. Siehe zur Entstehung des Vegetarismus in Frankreich: John Davis, *History of the French Vegetarian Societies*,

allem der Arzt und Tierschützer Jean-Antoine Gleizes (1773–1843) mit seiner bereits 1840 bis 1842 veröffentlichten Trilogie *Thalysie ou la nouvelle existence* die Debatten über den Vegetarismus.³⁴⁴ Unter dem Titel *Thalysia oder das Heil der Menschheit* wurde das Buch 1872 auch in deutscher Sprache übersetzt und postwendend von Eduard Baltzer zur Lektüre empfohlen.³⁴⁵ Eine Brücke zwischen Deutschland, Frankreich und der Schweiz schlug wiederum Wilhelm Dock, der sich dem französischen Vegetarier-Verein als „correspondierendes Mitglied“ anschloss, um zwischen der deutsch- und französischsprachigen Bewegung zu vermitteln.³⁴⁶

Die Gründung der *Société d'Hygiène générale et de végétarisme* heizte das öffentliche Interesse am Vegetarismus in der französischsprachigen Schweiz an. So berichtete unter anderem die *Gazette de Lausanne* anerkennend von der Gründungsfeier des ersten Schweizer Vegetarier-Vereins und beschrieb das üppige, vegetarische Festmahl:

Pain de Graham, potage à la purée de lentilles, macaronis aux tomates, pomme de terre au beurre avec sauce mayonnaise, salade, épinardes et oeufs durs, haricots verts, pudding au tapioca semoule et raisins sultan avec sauce au vin, marmelade aux abricots, pêches et raisins, brissolets, eau gazeuse et sirop de cassis, pour remplacer le vin.

in: <https://ivu.org/history/societies/french-early.html> (31.01.19); siehe zur weiteren Entwicklung des Vegetarismus in Frankreich: Arnaud Baubérot, *Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature*, Rennes 2004, S. 137–157.

- 344 Vgl. Ceri Crossley, *Consumable Metaphors. Attitudes Towards Animals and Vegetarianism in Nineteenth-Century France*, Oxford 2005, S. 37–62. Im französischsprachigen Raum genoss auch die englische Ärztin, Frauenrechtlerin und Theosophin Anna Kingsford (1846–1888) grosses Ansehen in der vegetarischen Bewegung. Sie verknüpfte den Vegetarismus mit dem Kampf gegen die Vivisektion. Um ihren Argumenten mehr wissenschaftliche Autorität zu verleihen, studierte sie als eine der ersten Frauen Medizin. Weil sie in England nicht promovieren durfte, erlangte sie 1880 in Paris ihren Dokortitel. Kingsford war seit 1874 Vizepräsidentin der *Vegetarian Society* und 1883 kurzzeitig Präsidentin der *Theosophical Society*. Sie prägte damit nicht nur die vegetarische Bewegung, sondern stärkte auch die Bedeutung des Vegetarismus in der Theosophie: vgl. Mieke Roscher, *Ein Königreich für Tiere. Die Geschichte der britischen Tierrechtsbewegung*, Marburg 2009, S. 158–164.
- 345 Vgl. Eduard Baltzer, *Thalysia*, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 4/40 (1872), S. 625 f.
- 346 O. A., *Pariser Vegetarier-Verein*, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 13/124 (1880), S. 1980. Siehe zu diesen transnationalen Kontakten zwischen Frankreich und der Schweiz: Léo Bernard, *Hippocrate initié. Courants ésotériques et holisme médical en France durant l'entre deux guerres*, Dissertation Universität Paris 2021, S. 47–58.

Nach dem Festessen habe der Ehrenpräsident Wilhelm Dock auf die engen Verbindungen der vegetarischen Bewegung mit Deutschland, Frankreich und England hingewiesen.³⁴⁷ Auf diesen Artikel folgten zahlreiche weitere Beiträge über den Vegetarismus, bevor das Interesse Mitte der 1880er Jahre wieder deutlich abflachte.³⁴⁸

In der Deutschschweiz war die Gründung des Lausanner Vegetarier-Vereins jedoch kein Thema. Die deutschsprachige Presse berichtete fast ausschliesslich über vegetarische Gruppierungen in Deutschland. So hatten verschiedene Deutschschweizer Zeitungen 1868 die Gründung des *Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise* verkündet und in der Folge regelmässig kleinere Notizen über die Aktivitäten deutscher Vegetarier und Vegetarierinnen veröffentlicht.³⁴⁹ Ein erster, ausführlicher Beitrag über die Entwicklung der vegetarischen Bewegung erschien 1872 in der *Neuen Zürcher Zeitung*. Die Schriftstellerin Meta Wellmer (1832–1889) berichtete darin über die vegetarischen Gruppierungen, die sich in den „letzten zehn bis fünfzehn Jahren“ in Deutschland und der Schweiz „nach dem Muster amerikanischer und englischer Vereine“ gebildet hätten. Dabei betonte Wellmer ausdrücklich die transnationale Dimension der vegetarischen Bewegung. Um sich mit dem Thema zu befassen, empfahl sie die Lektüre englischer Zeitschriften wie *The dietetic reformer*, das Buch *Thalysie* vom französischen Vegetarier Gleizes, die deutschen Standardwerke von Baltzer und Struve wie auch die Schriften von „Hahn in der Schweiz“.³⁵⁰

Ein weiterer Hinweis auf die vegetarische Bewegung in der Schweiz erschien 1875 in der *Ostschweiz*. Die Zeitung berichtete über eine Jahrestagung des *Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise* in München. Die „Vegetarianer“ hätten die bayrische Hauptstadt als Sitzungsort gewählt, „um nicht blos in Norddeutschland und in der Schweiz, sondern auch in den süddeutschen Staaten Boden zu finden.“ Zudem berichtete die Zeitung über Wilhelm Dock, der in München als Redner über den Vegetarismus auftrat.³⁵¹ Aufsehen erregte dann erst wieder die bereits eingehend erwähnte 14. Jahrestagung des *Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise* am 15. August 1883 in Zürich. Ein

347 Siehe dazu u. a.: Gazette de Lausanne, 07. September 1880.

348 Siehe dazu u. a.: Gazette de Lausanne, 15. Oktober 1880; 26. Oktober 1880; 28. Oktober 1880; 30. August 1881.

349 Siehe u. a.: Zuger Volksblatt, 25. November 1868; Zürcherische Freitagszeitung, 10. Juni 1870; Neue Zürcher Zeitung, 18. Juni 1873.

350 Neue Zürcher Zeitung, 21.12.1872.

351 Die Ostschweiz, 02. September 1875.

Artikel in der *Neuen Zürcher Zeitung* warf einen leicht spöttischen Blick auf die Eröffnungsfeier der Tagung. Vor allem der Hauptredner Eduard Baltzer kam dabei nicht gut weg. Das „vielgefeierte Haupt des deutschen Vegetarianismus“ entspräche dem „ächte[n] Prophetentypus: hagere Figur, starkes weißes Haar, welches gleichmäßig nach hinten gestrichen ist und bis auf die Schultern fällt, weißer Vollbart, scharf geschnittenes Profil und stechender Blick.“ Seine „Vortragsweise“ entspräche der „protestantische[n] Kanzelberedsamkeit“, die jedoch durch sein „Schwärmerthum“ eine „unwillkürlich an’s Komödiantenhafte streifende Nuance“ erhalte. Der Vortrag sei dadurch nichts anderes als „unklares philosophisches Geschwafel“. Im Unterschied zum „schwärmerischen Sachsen“ wird der „praktische[...] Schweizer“ Arzt Wilhelm Dock als „ganz andere Erscheinung“ beschreiben:

Er ist groß und kräftig gebaut, besitzt ein volles Organ, das seine natürliche Beredsamkeit bedeutend unterstützt, und einen frischen Teint, kurzum er bildet trotz seiner Kahlköpfigkeit und einer kleinen Verschnupfung einen lebenden Beweis, daß es Konstitutionen gibt, denen der Vegetarianismus wenigstens nicht schadet.³⁵²

Mit seiner Beschreibung der beiden Redner verweist der NZZ-Journalist auf das typische Doppelgesicht der vegetarischen Bewegung zwischen romantisch-schwärmerischem Idealismus und pragmatisch-rationaler Wissenschaftlichkeit, das sich seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert in der öffentlichen Wahrnehmung verfestigte.³⁵³

Nach der Jahrestagung in Zürich flachte die Berichterstattung über die vegetarische Bewegung in der Schweiz wieder ab. Über Jahre hinweg gab es kaum noch Meldungen über Aktivitäten. Währenddessen ging in Deutschland der organisatorische Aufbau weiter. Der *Deutsche Verein für naturgemässe Lebensweise* schloss sich 1892 mit dem *Deutschen Verein für harmonische Lebensweise* und anderen vegetarischen Lokalvereinen zum *Deutschen Vegetarierbund* zusammen. Das *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise* ging 1893 in der *Vegetarischen Rundschau* auf und wurde 1897 in *Vegetarische Warte*

352 Neue Zürcher Zeitung, 15./16. August 1883.

353 Diese unterschiedliche Deutung der vegetarischen Bewegung lässt sich sogar bis in die historische Erforschung der Lebensreformbewegung hinein beobachten. Während in der frühen Geschichtsforschung (Frecot, Linse, z.T. auch noch Barlösius) bis in die 1990er Jahre vor allem die „Propheten“ einer alternativen Lebensweise und ihre subkulturellen Aktivitäten dominierten, rückten seit den 2000er Jahren zunehmend die wissenschaftlichen Vertreter und ökonomischen Aspekte dieser Bewegung in den Vordergrund (Fritzen, Möhring, Treitel).

umbenannt. Es diente weiterhin im ganzen deutschsprachigen Raum als wichtiges Publikationsorgan für Vegetarier und Vegetarierinnen. Bis 1912 wuchs der Dachverband auf knapp 5'000 Mitglieder in 25 Ortsvereinen an.³⁵⁴ Darunter waren immer wieder auch Sektionen aus der Schweiz, die jedoch meistens nur kurze Zeit aktiv waren.

Kann die vegetarische Bewegung in der Schweiz Fuss fassen? Von Friedrich Fellenberg zu Max Bircher-Benner

Zehn Jahre nach der Jahrestagung des *Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise* in Zürich begann sich die vegetarische Bewegung in der Schweiz wieder zu regen. Erneut war es ein deutscher Einwanderer, der sich für die Ausbreitung des Vegetarismus einsetzte. Der bereits als Kurhausbesitzer vorgestellte Friedrich Fellenberg eröffnete 1893 in seiner Wohnung in der Haringstrasse 17 in Zürich einen Treffpunkt für die vegetarische Bewegung. Dort kamen jeden Freitagabend einige Vegetarier und Vegetarierinnen zum „Gedankenaustausch“ zusammen. Diese „zwanglose Vereinigung von Gleichgesinnten“ äusserte in der *Vegetarischen Rundschau* den Wunsch, dass sich die vegetarischen Bestrebungen bald „auch auf die übrige Schweiz ausdehnen“ werden.³⁵⁵ Im darauffolgenden Jahr gründete Fellenberg den *Zürcher Vegetarier-Verein* und eröffnete im Zürcher Neumarkt das *Vegetarische Speisehaus* (später *Pomona*) als öffentlichen Treffpunkt.³⁵⁶ Trotz der anfänglichen Aufbruchsstimmung stellte Fellenberg zwei Jahre später in der *Vegetarischen Warte* ernüchert fest, dass die „Reformbewegung“ in der Schweiz immer noch keine „Wurzel gefasst“ habe. Obwohl die Schweiz einige der „hervorragendsten Vertreter des Vegetarismus“ wie Theodor Hahn und Wilhelm Dock beherberge, verharre die Bewegung auf kleinem Niveau. Lediglich der *Zürcher Vegetarier-Verein* organisiere regelmässig Vorträge und Treffen, versammle dabei aber kaum mehr als zwei Dutzend Vegetarier und Vegetarierinnen.³⁵⁷ Wenig später stellte auch dieser Verein seine Aktivitäten wieder ein.

354 Vgl. Judith Baumgartner, Vegetarismus, in: Kerbs Diethart/Reulecke Jürgen (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 133 ff.

355 O. A., Zürich, in: *Vegetarische Rundschau*, Monatsschrift für naturgemässe Lebensweise, 26/1 (1893), S. 51.

356 Vgl. Niederhauser, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren?“, S. 20.

357 Friedrich Fellenberg, Zürich, in: *Vegetarische Warte*, 2/12 (1896), S. 411.

Um 1900 trafen sich die Vegetarier und Vegetarierinnen vor allem in Fellenbergs 1898 eröffneten Naturheilanstalt in Erlenbach am Zürichsee. Die *Vegetarische Warte* lobte 1904 die konsequente Durchführung der vegetarischen Diät im Kurbetrieb. Im Unterschied zu vielen anderen Naturanstalten machte Fellenberg „keine Zugeständnisse an Gemischtesser“, um die „Rentabilität“ des Unternehmens zu steigern. Die Anstalt habe sich zu einer „wirksamen Stütze des Vegetarismus in der Schweiz“ entwickelt. Beispielsweise habe er „einen Kursus in rationeller Ernährung und Küche“ für mehr als 110 Teilnehmende durchgeführt, um den Vegetarismus bekannt zu machen.³⁵⁸ Ebenfalls in Fellenbergs Naturheilanstalt trafen sich 1906 zahlreiche Vegetarier und Vegetarierinnen, um sich zur *Vegetarischen Gesellschaft Zürich* zusammenzuschliessen.³⁵⁹ Wiederum gliederte sich diese neue Schweizer Vegetarier-Gruppe dem *Deutschen Vegetarierbund* an und veröffentlichte seine Aktivitäten in der *Vegetarischen Warte*. Dort wurde 1909 auch die Gründung einer *Vegetarischen Gesellschaft* in Basel verkündet.³⁶⁰ Neue Vegetarier-Gruppen bildeten sich im selben Jahr auch in St. Gallen und Locarno.³⁶¹

In ihrem dritten Vereinsjahr blickte die *Vegetarische Gesellschaft Zürich* zuversichtlich auf die bisherigen Erfolge. An sechs öffentlichen Vorträgen und zwei Festlichkeiten hätten „etwa 1200 Personen“ teilgenommen. Es sei jedoch bedauerlich, dass sich in Zürich nur wenige Vegetarier und Vegetarierinnen dem Verein offiziell anschliessen, obwohl es so viele Sympathisanten gäbe. Deshalb lastete die Vereinsarbeit auf den Schultern weniger aktiver Mitglieder.³⁶² An

358 O. A., Fellenbergs Sanatorium in Erlenbach am Zürichsee, in: *Vegetarische Warte*, 37/8 (1904), S. 179. Von 1901 bis 1902 veröffentlichte Fellenberg unter dem Titel *Heimatklänge* eine eigene Zeitschrift, um einerseits seine Kurangebote zu bewerben und andererseits den Vegetarismus in der Schweiz bekannt zu machen.

359 Vgl. o. A., Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 39/7 (1906), S. 80; siehe zu den Aktivitäten der *Vegetarischen Gesellschaft Zürich* auch: Niederhauser, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren?“, S. 21 ff.; Rebecca Niederhauser, „Gemütliche Abende, Vorlesungen und Diskussionen“. Friedrich Feldberg-Egli und die *Vegetarische Gesellschaft Zürich* um 1900, in: Meret Fehlmann/Margot Michel/Dies. (Hg.), *Tierisch! Das Tier und die Wissenschaft. Ein Streifzug durch die Disziplinen*, Zürich 2016, S. 78 f.

360 Vgl. o. A., Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 42/2 (1909), S. 22.

361 Vgl. o. A., Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 42/3 (1909), S. 34.

362 H. Kunze, Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 42/4 (1909), S. 46. Auch das dritte Stiftungsfest am 21. März 1909 war gut besucht. 250 Mitglieder trafen sich im „prachtvollen, hoch über der Stadt gelegenen“ *Waldhaus Dolder*: H. Kunze, Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 42/7 (1909), S. 81.

diesen schwachen Organisationsstrukturen scheint die vegetarische Bewegung in der Schweiz erneut gescheitert zu sein. So fehlten ab 1910 jegliche Lebenszeichen der Vegetarischen Gesellschaften in Zürich, Basel und St. Gallen in der *Vegetarischen Warte*. Es ist anzunehmen, dass in dieser Zeit die Vegetarier und Vegetarierinnen ihre Anliegen zunehmend in lebensreformerischen Zeitschriften aus der Schweiz wie der seit 1908 erscheinenden *Volksgesundheit* veröffentlichten. Das naturheilkundliche Publikationsorgan enthielt immer mehr Artikel, die sich nicht nur mit vegetarischen Diäten als Behandlungsmethode, sondern mit dem Vegetarismus als gesundheitsorientierten Lebensstil beschäftigten.³⁶³

Bereits im ersten Jahrgang der *Volksgesundheit* meldete sich der Schweizer Arzt Max Bircher-Benner zu Wort, der seit 1903 ein erfolgreiches Naturheilsanatorium auf dem Zürichberg führte.³⁶⁴ Darin erklärte er, dass sich die Ernährungsweise in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts „unter dem Einfluß von falschen Lehren und Vorstellungen“ stark verändert habe. Bei den „europäischen Völkern“ sei der Konsum von „Fleisch, alkoholischen Getränken, Kaffee, Thee, Zucker, Salz und Gewürzen“ überraschend schnell gestiegen und anstelle „eines im Hause gebackenen Vollbrot“ sei das „aus den minderwertigen Produkten der Hochmühlen hervorgehende Weißbrot“ getreten. Obwohl es zahlreiche wissenschaftliche Untersuchungen über die Auswirkungen dieser „Ernährungsstörung“ gebe, werde die „Schädlichkeit diese[r] Nahrungsmittel[...]“ vom Staat und der Ärzteschaft totgeschwiegen. Nur durch „Belehrung über eine rationelle Ernährung“ könne der voranschreitende Niedergang der Gesundheit des Einzelnen und der Bevölkerung aufgehalten werden.³⁶⁵ Bircher-Benner stützte seine Forderung nach einer vegetarischen Ernährungsweise auf die bereits weitverbreiteten Argumentationsmuster, versuchte diese aber mit wissenschaftlichen Methoden und Stimmen aus der akademischen

363 Siehe dazu u. a.: Richard Ungewitter, Die Ernährung des Menschen, in: *Volksgesundheit*, 1/16 (1908), S. 1–3; Walter Hammer, Guten Appetit! in: *Volksgesundheit*, 3/24 (1910), S. 3–4; Fritz Katz, Der Vegetarismus, in: *Volksgesundheit*, 4/5 (1911), S. 2; o. A., Ueber die Ernährung des Menschen, in: *Volksgesundheit*, 13/17 (1920), S. 258–260; Leopold Schwarz, Vierzig Jahre Vegetarier, in: *Volksgesundheit*, 17/1 (1924), S. 5–6.

364 Siehe zu Max Bircher-Benner und seiner Naturheilanstalt auch das Kapitel 2.2; 1909 trat der Schweizer Arzt auch als Redner in der *Vegetarischen Gesellschaft Zürich* auf: O. A., Vereinsleben, in: *Vegetarische Warte*, 42/4 (1909), S. 46.

365 Max Bircher-Benner, Ernährung und Volksgesundheit, in: *Volksgesundheit*, 1/11 (1908), S. 3.

Ernährungswissenschaft zu begründen. Damit stieg er im frühen 20. Jahrhundert zur international gewürdigten Koryphäe des Vegetarismus auf.

Zwischen „Eiweissdogma“ und „Sonnenlichtnahrung“: Max Bircher-Benners Suche nach einer wissenschaftlichen Begründung der vegetarischen Ernährungsweise

Seit dem 19. Jahrhundert versuchten Wissenschaftler die Nahrung der Menschen in ihre Bestandteile zu zerlegen, diese zu analysieren und nach unterschiedlichen Kriterien zu ordnen. Dabei entdeckten sie die Zusammensetzung und Eigenschaften der Proteine, Kohlenhydrate, Fette und anderer Inhaltsstoffe. Der deutsche Chemiker Justus von Liebig (1803–1873) fasste in seinem 1842 veröffentlichten Werk *Die organische Chemie in ihrer Anwendung auf die Physiologie und Pathologie* diese Erkenntnisse erstmals zusammen und zog daraus Schlüsse für eine rationalisierte, nach wissenschaftlichen Erkenntnissen durchgeführte Ernährungsweise. Vor allem den tierischen Proteinen wies er eine für die Muskelkraft wichtige Funktion zu und begründete damit die ernährungswissenschaftliche Aufwertung der Fleischkost zur leistungssteigernden Kraftnahrung. Auf Grundlage dieser Erkenntnisse berechnete Liebig's Schüler Carl von Voit (1831–1909), dass ein durchschnittlicher Industriearbeiter täglich 118 g Eiweiss, 56 g Fett und 500 g Kohlenhydrate benötige, um arbeitsfähig zu bleiben. In der Folge avancierte die Ernährung zum viel diskutierten Problemfeld der sozialen Frage. Nun verlangten die Arbeiterinnen und Arbeiter nicht nur politische Mitbestimmung und faire Löhne, sondern auch gleichberechtigten Zugriff auf gesunde, hochwertige und insbesondere proteinhaltige Nahrungsmittel. Unter anderem erklärte der niederländische Physiologe Jakob Moleschott (1822–1893) die ausreichende Versorgung der gesamten Bevölkerung mit Fleisch als Grundlage einer gerechten, demokratischen Gesellschaft. Nicht mehr nur die bürgerlichen Gesellschaftsschichten, sondern auch die Arbeiter und Arbeiterinnen sollten von den Vorzügen der kräftigenden Fleischkost profitieren.³⁶⁶

Naturheilärzte und Vegetarier wie Theodor Hahn und Eduard Baltzer gehörten in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts zu den schärfsten Kritikern dieser neuen Ernährungstheorien. Sie kritisierten den errechneten Bedarf nach Fleisch als quasireligiöses „Eiweiss-Dogma“. So schrieb beispielsweise Hahn 1869 in seiner Streitschrift *Die Ritter vom Fleische*:

366 Vgl. Treitel, *Eating Nature in Modern Germany*, S. 40–46; siehe dazu auch: Tanner, *Fabrikmahlzeit*, S. 71 ff.

Nicht bloß die Fürsten [...] der Kirche und des Staates, sondern auch die Fürsten der Wissenschaft sind stets von ihren von Jugend auf eingesogenen und eingepflichten, zu unantastbaren Dogmen erstarrten Lehr- und Glaubenssätzen so durch und durch durchtränkt und so dicht und unnahbar umpanzert, so daß ihr Sinnen wie ihre Sinne gleich unzugänglich werden für neue Ansichten und Meinungen, für neue Gedanken und neue Vorschläge, auch die bestbegründeten.³⁶⁷

Mit ihren Publikationen bewegten sich die Vegetarier und Vegetarierinnen nicht nur im Resonanzraum der naturheilkundlichen und vegetarischen Bewegung, sondern traten in direkten Kontakt mit führenden Chemikern, Physiologen und Ernährungswissenschaftlern. Diese reagierten bisweilen mit hämischen Kommentaren und Diffamierungen auf die Attacken der autodidaktischen Laien. Grosse Aufmerksamkeit erregte beispielsweise die publizistische Auseinandersetzung zwischen Eduard Baltzer und Rudolf Virchow.³⁶⁸ Obwohl sie über deutlich weniger Deutungsmacht verfügten als die akademisch ausgebildeten Wissenschaftler, regten sie mit ihrer Kritik am „Eiweissdogma“ und ihren Überlegungen zum Vegetarismus einen Wandel in der Ernährungswissenschaft an. Um 1900 setzten sich immer mehr etablierte Wissenschaftler wie der dänische Arzt Mikkel Hindhede (1862–1945), der US-amerikanische Physiologe Russell Chittenden (1856–1943) oder der schwedische Chemiker Ragnar Berg (1873–1956) mit den vegetarischen Ernährungskonzepten auseinander und stellten die Bedeutung der Fleischkost als Bestandteil einer gesunden Ernährung infrage. Ihre Erkenntnisse erlangten sie aber nicht wie die naturheilkundlichen und vegetarischen Laien durch Erfahrungsberichte und Anwendungsbeispiele, sondern mit systematischen Versuchen, statistischen Analysen und Experimenten.³⁶⁹

Diesen Weg ging auch Max Bircher-Benner, um die Vorteile der vegetarischen Ernährungsweise zu beweisen. Der akademisch ausgebildete Arzt versuchte die gesundheitsfördernde Wirkung vegetabiler, möglichst ungekochter und unverarbeiteter Nahrungsmittel mit der darin gespeicherten Sonnenenergie zu erklären. Seine Überlegungen begründete er unter anderem mit den wissenschaftlichen Erkenntnissen der Thermodynamik, die sich mit der Energieumwandlung in geschlossenen Systemen auseinandersetzt. So erklärte er, dass die in Pflanzen gespeicherte Sonnenenergie durch den Verdauungsprozess

367 Theodor Hahn, *Die Ritter vom Fleische. Offene Briefe über die Ernährungsfrage*, Berlin 1869, S. IV.

368 Siehe dazu u. a.: Eduard Baltzer, *Briefe an Virchow ueber dessen Schrift „Nahrungs- und Genussmittel“*, Nordhausen 1868.

369 Vgl. Treitel, *Eating Nature in Modern Germany*, S. 94–147.

entwertet werde. Im Fleisch geschlachteter Tiere sei davon kaum noch etwas übrig. Dieselbe Entwertung erfolge auch durch das Kochen, weil dadurch die Energie in Form von Wärme aus der Pflanze entweiche. Die energiereichste und damit gesündeste Nahrung sei deshalb die pflanzliche Rohkost.³⁷⁰

Seine „Lichtenergie“-Theorie veröffentlichte Bircher-Benner erstmals 1903 in der Publikation *Grundzüge der Ernährungstherapie auf Grund der Energie-spannung der Nahrung*. Für diese Publikation wurde Bircher-Benner 1906 in der *Vegetarischen Warte* als „Mann der Wissenschaft“ gelobt. Der Schweizer Arzt habe die gesundheitlichen Vorteile der vegetarischen Ernährung naturwissenschaftlich belegt und dadurch „den Fundamenten der offiziell vertretenen Ernährungstherapie einen neuen Stoß“ versetzt.³⁷¹ In akademischen Kreisen stiess Bircher-Benner mit seinen Überlegungen jedoch auf breite Ablehnung. Erst nach der Entdeckung der Vitamine erlangte er eine gewisse Anerkennung. 1912 hatte der polnische Chemiker Casimir Funk (1884–1967) den Begriff für eine Reihe organischer Verbindungen geprägt, die der Körper für lebensnotwendige Funktionen wie den Stoffwechsel, die Energieumwandlung und den Zellaufbau benötigt und die vor allem in ungekochten, pflanzlichen Bestandteilen vorkommen. Obwohl damit Bircher-Benners „Lichtenergie“-Theorie in keiner Weise bewiesen wurde, erhielten seine Ernährungsempfehlungen nun auch in der Ernährungswissenschaft mehr Zuspruch.³⁷²

Grosse Popularität erreichte Bircher-Benner vor allem nach 1933 im nationalsozialistischen Deutschland. Dort gab es Bemühungen, naturheilkundliche Behandlungsmethoden im Rahmen der sogenannten *Neuen Deutschen Heilkunde* in die akademische Medizin zu integrieren und die gesundheitspräventiven Anliegen der vegetarischen Bewegung als Instrument zur Verbesserung einer rassistisch gedeuteten „Volksgesundheit“ zu nutzen.³⁷³ Um das Anliegen

370 Vgl. Wirz, *Die Moral auf dem Teller*, S. 62–72; siehe dazu auch: Marina Lienert, *Bircher-Benner im System der Ernährungsreform*, in: Eberhard Wolff (Hg), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010, S. 52–77.

371 Otto Wenzel-Ekkehard, *Hat Bircher-Benner Recht?* In: *Vegetarische Warte*, 39/6 (1906), S. 62.

372 Vgl. Sabine Merta, *Schlank! Ein Körperkult der Moderne*, Stuttgart 2008, S. 74–77; Fritzen, *Gesünder leben*, S. 201–204; siehe auch Bircher-Benners Überlegungen zur „Vitaminforschung“: Max Bircher-Benner, *Ungeahnte Wirkungen falscher und richtiger Ernährung*. Öffentlicher Vortrag im Gustav-Siegle-Haus in Stuttgart, am 23. März 1927, Zürich 1928.

373 Siehe zur *Neuen Deutschen Heilkunde*: Heyll, *Wasser, Fasten, Luft und Licht*, S. 229–269.

voranzutreiben, sollte Bircher-Benner im neu gegründeten *Rudolf-Heß-Krankenhaus* in Dresden die Leitung einer naturheilkundlich ausgerichteten Abteilung übernehmen und als Professor an der *Technischen Universität* die Schulung der Ärzte mitgestalten. Erfreut über die Anerkennung seiner Arbeit nahm der Schweizer Naturheilarzt das Angebot an. Schon früh hatte Bircher-Benner die Hoffnung geäußert, dass die neuen, autoritären Machthaber in Deutschland und Italien der Naturheilkunde zum Durchbruch verhelfen würden: „Die Zerfahrenheit weckt den Ruf nach führenden Ideen und führenden Männern, deren Mangel und Notwendigkeit stärker und stärker empfunden wird. Schon haben zwei Nationen ihren Führer gefunden.“³⁷⁴ Aber weder im deutschen Nationalsozialismus noch im italienischen Faschismus konnten sich die Vertreter der Naturheilkunde gegen die etablierte akademische Ärzteschaft durchsetzen. Letztlich setzten die neuen Machthaber in vielen Gesellschaftsbereichen auf die bewährten Eliten. Spätestens 1936 geriet die *Neue Deutsche Heilkunde* zunehmend unter Legitimitätsdruck, weshalb auch das Interesse an Bircher-Benners Ernährungstheorien wieder abnahm und der Schweizer Naturheilarzt die Stelle in Dresden nie antrat. Der Historiker Uwe Spiekermann betont, dass sich stattdessen Bircher-Benners Naturheilsanatorium in Zürich zu „einer Art Pilgerstätte für führende NS-Ärzte“ entwickelt habe. Die „nationalsozialistischen Vertreter der Alternativmedizin“ hätten Bircher-Benner als „Leitfigur und [...] Führer“ anerkannt und verehrt.³⁷⁵

Wendepunkt und Birchermüesli: Die Popularisierung der vegetarischen Ernährungsweise

Weil Bircher-Benner die erhoffte Anerkennung durch akademisch ausgebildete Ärzte und Wissenschaftler zeitlebens verwehrt blieb, baute er eigene Publikationskanäle und Treffpunkte auf, um seine Ideen zu vermitteln und Patienten zu beraten. Dazu gab er ab 1923 unter dem Namen *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden* eine eigene Zeitschrift heraus. Im einleitenden Editorial stellte sich Bircher-Benner demonstrativ auf den „Boden der Wissenschaft“. Von keinem anderen Standpunkt aus könne man „die Zusammenhänge zwischen

374 Max Bircher-Benner, Von der Aufgabe des „Wendepunkt“, in: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*, 11/1 (1934), S. 1 f.

375 Vgl. Uwe Spiekermann, Aussenseiter und Wegbereiter. Die Rezeption Bircher-Benners im Deutschen Reich in den 1930er-Jahren, in: Eberhard Wolff (Hg.), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010, S. 139–143, zitiert S. 143.

Krankheitsursachen und Krankheit, zwischen Leben und Leiden“ klarer erkennen und „die Mittel und Wege zur Verhütung und Heilung“ besser begründen.³⁷⁶ Obwohl Bircher-Benners selbst deklarierte „Wissenschaftlichkeit“ von akademisch ausgebildeten Ärzten und Ärztinnen infrage gestellt wurde, lehnte er die „verhängnisvolle Feindseligkeit gegen die Aerzte und die Wissenschaft“ ab, mit der sich die Naturheilbewegung immer wieder gegen die Schulmedizin ausgesprochen habe.³⁷⁷

Die Zeitschrift beschäftigte sich nicht nur mit Heilbehandlungen für Kranke, sondern rief auch die „Gesunden“ dazu auf, „es endlich einmal ernst zu nehmen, ernst mit ihrer Ernährung, ernst mit dem Getränk, ernst mit ihrem Erleben, ernst mit ihrer eigenen Seele.“ Der *Wendepunkt* sollte die „Fundamente, auf denen eine gesunde Lebensanschauung und Lebenslehre sich aufbauen können, von Grund aus“ darstellen.³⁷⁸ Dazu enthielt jede Ausgabe eine umfangreiche Leserbriefsektion, in der Bircher-Benner Fragen über Heuschnupfen, Magenbeschwerden und Haarausfall beantwortete. Andere Leser und Leserinnen fragten nach der richtigen Ernährungsweise auf Reisen oder während der Schwangerschaft, wie viel Kaffee sie trinken dürfen oder ob man mit Rohkost abnehmen kann. Zudem enthielt jede Ausgabe einen ausführlichen Speiseplan für die kommende Woche mit Tipps, Zubereitungsmethoden und Rezepten für eine gesunde Lebensweise.³⁷⁹ Damit erweiterte die Zeitschrift Bircher-Benners gesundheitliche Beratungs- und Behandlungsangebote, die neben Sanatorien und Kliniken, Vorträgen und Kursen auch zahlreiche medizinische Publikationen, Ratgeberliteratur und Kochbücher umfassten. Zusammen mit seiner Familie baute er ein regelrechtes Gesundheitsimperium auf, das Bircher-Benners Sohn Ralph Bircher (1899–1990) nach 1939 weiterführte und in der Nachkriegszeit sogar ausbaute.³⁸⁰

376 Max Bircher-Benner, Sinn und Ziel dieser Zeitschrift, in: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*, 1/1 (1923), S. 8.

377 Ebd., S. 3.

378 Ebd., 5 f.

379 Siehe zu Bircher-Benners *Wendepunkt*-Zeitschrift: Eberhard Wolff, Funktionsweisen von Gesundheitsberatung im Medienensemble. Das Modell „Bircher-Benner“, in: Michael Simon et. (Hg.), *Bilder, Bücher, Bytes. Zur Medialität des Alltags*, Münster 2009, S. 54 f.; Christian Heinz, *Ausweitung der Kriegszone. Die Bircher-Zeitschrift „Der Wendepunkt im Leben und im Leiden“*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 43–47.

380 Vgl. Locher, *Natürlich, nackt, gesund*, S. 53–62.

Das mit Abstand erfolgreichste Produkt des Familienunternehmens war zweifellos das sogenannte Birchermüesli. In ihm materialisierten sich nicht nur die vegetarischen Ernährungsideale, sondern auch die Widersprüche der vegetarischen Bewegung. Für seine „Apfeldiätspeise“ verwendete Bircher-Benner ursprünglich einen kompletten Apfel mit Haut und Gehäuse, zerkleinerte ihn mit der dafür selbst entwickelten „Bircherraffel“ und fügte Nüsse, eingeweichte Haferflocken, Zitronensaft und gezuckerte Kondensmilch hinzu. Bircher-Benner führte dieses Rezept auf die im Alpenraum weitverbreiteten Getreidemusspeisen zurück.³⁸¹ Obwohl er mit diesem Herkunftsnachweis die Natürlichkeit und Bodenständigkeit des Müeslis betonte, nutzte er bereits um 1900 industriell hergestellte Zutaten wie Kondensmilch und importierte Zitronen für die Rezeptur. Mit dieser „Apfeldiätspeise“ eroberte Bircher-Benner nicht nur die Speisezettel der Vegetarier und Vegetarierinnen, das Birchermüesli etablierte sich spätestens in den 1930er Jahren auch in den meisten Schweizer Haushalten als beliebte, vegetarische Mahlzeit. Als industriell verarbeitetes Fertigprodukt eroberte es spätestens in den 1980er Jahren die ganze Welt. Das Wort „Müesli“ gehört heute zu den wenigen schweizerdeutschen Wörtern, die sich weltweit ausbreiteten.³⁸²

3.2 Gegen Alkohol, Tabak und Zucker: Genussmittelkritik im Zeichen der Eugenik

Vom Genuss- zum Reizmittel: Der steigende Alkohol-, Tabak- und Zuckerkonsum als Gesundheitsgefahr

Im 19. Jahrhundert nahm im Zuge der industriellen und agrarischen Transformationsprozesse nicht nur der Fleischverbrauch zu, sondern auch der Konsum sogenannter Genussmittel. Durch die industrielle Herstellung und den wachsenden globalen Handel entwickelten sich diese Erzeugnisse im 19. Jahrhundert von seltenen, teuren Luxusprodukten für die wohlhabenden Oberschichten zu günstigen Massengütern für die ganze Bevölkerung. Wie Corinna Treitel betont, hatte die vegetarische Bewegung vor allem in Regionen mit hohem Genussmittelkonsum grossen Erfolg. Beispielsweise wurde der *Deutsche Verein*

381 Vgl. Wirz, *Die Moral auf dem Teller*, S. 72–75.

382 Vgl. Eberhard Wolff, *Über die Unfolklorisierbarkeit des Birchermüeslis und die Pluralität von Identitäten*, in: Gabriela Muri/Cornelia Renggli/Gisela Unterweger (Hg.), *Die Alltagsküche. Bausteine für alltägliche und festliche Essen* (Festschrift für Ueli Gyr), Zürich 2005, S. 88–92.

für natürliche Lebensweise 1867 in einer Region gegründet, die stark durch die Nahrungsmittelindustrie, den internationalen Lebensmittelhandel und insbesondere die Genussmittelherstellung geprägt war. Das preussische Nordhausen diente in den 1860er und 1870er Jahren nicht nur als Drehscheibe für landwirtschaftliche Produkte, sondern war auch für seine industriell hergestellten Zucker-, Tabak- und Alkoholprodukte bekannt. Preussen bediente 1881 ein Drittel der weltweiten Zuckernachfrage.³⁸³ Auch in der Schweiz konnten im Verlauf des 19. Jahrhunderts immer mehr Menschen auf Genussmittel zugreifen. Während Alkohol massenhaft im eigenen Land hergestellt wurde, gelangten andere Genussmittel durch den rasant anwachsenden globalen Handel zu immer geringeren Preisen in die Schweiz.³⁸⁴

Genussmittel zeichnen sich durch spezifische Eigenschaften aus, die über die sättigende Wirkung als Nahrungsmittel hinausgehen. Dazu zählt vor allem der besondere Geschmack wie auch die anregende oder beruhigende Wirkung auf den Organismus. Wichtig sind auch die sozialen Handlungen und Rituale, die mit dem Konsum in Verbindung stehen. Genussmittel werden in religiösen Zusammenhängen verwendet oder dienen der Geselligkeit in sozialen Gruppen. Ob ein Produkt als Nahrungs-, Genuss-, Reiz-, Heil- oder Suchtmittel gilt, hängt aber nicht zwangsläufig mit seiner chemischen Beschaffenheit und seiner Wirkung auf den menschlichen Körper zusammen. Die Deutung, Verwendung und Regulierung dieser Stoffe wird im jeweiligen soziokulturellen Kontext immer wieder neu verhandelt und kann sich daher im Lauf der Geschichte verändern.³⁸⁵

Im 19. und 20. Jahrhundert beteiligten sich naturheilkundliche und vegetarische Akteure massgeblich an der Umdeutung der am weitesten verbreiteten Genussmittel. Sie hinterfragten die anregende, das Wohlbefinden steigernde Wirkung zahlreicher Produkte wie Alkohol, Tabak, Kaffee oder Zucker und betonten stattdessen deren reizende, die Gesundheit bedrohenden Eigenschaften. Sie sahen in diesen Substanzen keine Genuss-, sondern Reizmittel. Theodor Hahn beschrieb sie als „nothdürftige Ersatzmittel für mangelnde gesunde Lebensreize“. Sie würden dem Körper nur vortäuschen, die Organe anzuregen, ihn aber in Wirklichkeit schwächen. Nach „neuer Befriedigung

383 Treitel, *Eating Nature in Modern Germany*, S. 34 f.

384 Vgl. Martin R. Schäfer, *Ernährung und Essgewohnheiten*, in: Paul Hugger (Hg.), *Handbuch der schweizerischen Volkskultur*, Bd. 1, Zürich 1992, S. 259–263.

385 Vgl. Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki, *Für eine Geschichte der Genussmittel*, in: Dies. (Hg.), *Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch*, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 7–20.

lechzend“, verlange der Körper immer grössere Reizungen, um sich gut zu fühlen.³⁸⁶ Dieser Konsum gefährde nicht nur „die Gesundheit jedes Einzelnen“, sondern mit steigender Verbreitung der Reizmittel werde auch „das Wohl des ganzen Volkes“ bedroht. Schon „mehr als ein Volk“ habe dadurch „sein frühzeitiges Verfallen, seinen vorzeitigen Untergang“ gefunden.³⁸⁷ Auch Wilhelm Dock kritisierte 1882 in seinem Grundlagenwerk über den Vegetarismus den grassierenden „Reizmittelmisßbrauch“, der sich in den letzten Jahren zu einer „allgemeinen Plage und zu einem der gefährlichsten Menschenmörder“ entwickelt habe.³⁸⁸

Mit ihrer Kritik an Genussmitteln knüpften Naturheilärzte und Vegetarier einerseits an Moral- und Gesundheitsdiskurse an, die bereits seit dem Mittelalter geführt wurden, andererseits adaptierten sie neuere, medizinische Fachdiskurse, die im ausgehenden 19. Jahrhundert mit der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung aufkamen. Diese von Ärzten, Physiologen und Psychiatern getragene Bewegung problematisierte im Zuge der voranschreitenden Medikalisierungsprozesse zahlreiche Genussmittel als gesundheitsschädliche Substanzen. Um ihre Erkenntnisse zu popularisieren, bauten sie eigene Kommunikationskanäle, Treffpunkte und Organisationsstrukturen auf und vernetzten sich mit anderen sozialen Bewegungen. Die Naturheil- und Vegetarierbewegung adaptierte von der Abstinenzbewegung nicht nur die wissenschaftlichen Erklärungsmuster für die Schädlichkeit der Genussmittel, sondern beteiligte sich auch an den aufkommenden Degenerationsängsten, die bekannte Abstinenzvordenker wie Auguste Forel (1848–1931) und Gustav von Bunge (1844–1920) mit ihrer Kritik an Alkohol, Tabak, Kaffee, Zucker und anderen Genussmitteln verknüpften.

Im Kampf gegen den „Saufteufel“: Alkoholkonsum als religiös-moralisches Problem

Seit Jahrtausenden wurde im asiatischen und arabischen Raum Wasser erhitzt und mit Tee und Kaffee versetzt, um es haltbar und geniessbarer zu machen. Europäische Kulturen setzten hingegen auf Alkoholika, um die Ausbreitung von Krankheiten über das Wasser zu verhindern. Das führte dazu, dass der Bierkonsum bis ins 15. Jahrhundert auf jährlich 250 bis 1'000 Liter pro

386 Hahn, *Practisches Handbuch der naturgemäßen Heilkunde*, S. 143 f.

387 Ebd., S. 147.

388 Dock, *Ueber die sittliche und gesundheitliche Bedeutung des Vegetarianismus*, S. 62.

Person stieg.³⁸⁹ Damit war Alkohol weniger ein Genuss- als vielmehr ein alltägliches Nahrungsmittel. Rauschhafte Exzesse wurden nur im engen Rahmen bestimmter Feste und Rituale geduldet. Spätestens mit der Reformation geriet die sogenannte Trunkenheit komplett in Verruf. Martin Luther (1483–1546) predigte lautstark gegen den grassierenden „Saufteufel“, der das religiöse Leben gefährde. Neben diesen religiösen Vorbehalten warnte der deutsche Theologe Sebastian Franck (1499–1542) bereits in seinem 1531 veröffentlichten Pamphlet *Von dem greulichen Laster der Trunkenheit* vor steigender Sterblichkeit, Kriminalität und volkswirtschaftlichen Schäden durch übermäßigen Alkoholkonsum. Damit begann bereits in der frühen Neuzeit die Verknüpfung der Alkoholkritik mit Moraldiskursen.³⁹⁰ In der Folge führten protestantische Städte sogenannte Sittenmandate ein, die neben Glücksspiel, Fluchen und Prostitution auch Genussmittel wie Alkohol einschränkten. Beispielsweise verbot der Rat von Zürich auf Drängen Huldrych Zwinglis (1484–1531) kleine Winkelwirtschaften und gestattete nur noch ein Wirtshaus pro Ortschaft. Johannes Calvin (1509–1564) konnte 1546 die Stadt Genf sogar davon überzeugen, alle Wirtshäuser durch alkoholfreie Klubbhäuser zu ersetzen. Die Verbannung dauerte aber nur einige Monate.³⁹¹

Beim Kampf gegen den Alkohol ging es den Reformatoren nie um vollständige Alkoholabstinenz, sondern nur um Mässigung. Sie behaupteten keine grundsätzliche Schädlichkeit des Alkohols, vielmehr galt die Kritik dem exzessiven Alkoholrausch. In den zunehmend arbeitsteiligen, bürgerlichen Gesellschaften des 16. und 17. Jahrhunderts wurde der Rauschzustand aus vielen Lebensbereichen verbannt. Nicht nur in der Kirche, sondern auch bei der Arbeit galt er immer öfter als Störfaktor. Die protestantische Hinwendung zur innerweltlichen Erlösungslehre verstärkte diese Entwicklung, weil die Gläubigen ihr Seelenheil nicht mehr durch Beichte und Ablass erlangen konnten, sondern nur noch durch ein „gottgefälliges“ Leben im Diesseits. Wie schon der Soziologe Max Weber betonte, hatte diese Kombination aus protestantischer Ethik und frühkapitalistischer, wettbewerbsorientierter Wirtschaftsform eine Rationalisierung der Lebensführung zur Folge. Der nüchterne Bewusstseinszustand

389 Vgl. Hasso Spode, Alkoholische Getränke, in: Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki (Hg.), Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 39.

390 Vgl. Hasso Spode, Die Macht der Trunkenheit. Kultur- und Sozialgeschichte des Alkohols in Deutschland, Opladen 1993, S. 62–68.

391 Vgl. Fritz Blanke, Reformation und Alkoholismus, in: Zwingliana, 9/2 (1949), S. 75–89.

sollte nicht nur die transzendente Verbindung zu Gott stärken, sondern auch den wirtschaftlichen Erfolg im Beruf sicherstellen. Insbesondere protestantische Freikirchen wie die Pietisten, Puritaner, Quäker oder Mennoniten sprachen sich für einen Lebensstil aus, der möglichst alle Genuss-, Reiz- und Rauschmittel wie Alkohol, Tabak und andere Drogen ausschloss und sexuelle Enthaltbarkeit einforderte.³⁹²

Trotz dieser Versuche, starken Alkoholkonsum moralisch zu delegitimieren, stieg der Verbrauch immer weiter an. Infolge effizienterer Destillationsverfahren und der Verfügbarkeit neuer Ausgangsprodukte wie Kartoffeln und Weizen nahm im 18. und vor allem 19. Jahrhundert besonders die Verfügbarkeit hochprozentiger Alkoholika deutlich zu. So konnten die Bauern aus überschüssigen Kartoffeln Alkohol herstellen. Zugleich nutzten die wachsenden, in Armut lebenden Arbeiterschichten in den Städten den günstigen Schnaps als kalorienreiches Nahrungsmittel.³⁹³ Während in England der Gin-Konsum bis 1750 so stark zunahm, dass zeitgenössische Kritiker von einer regelrechten „Gin-Epidemie“ sprachen, breitete sich in Deutschland seit 1800 eine vermeintliche „Branntwein-Pest“ aus. Das gleiche Bild zeigte sich auch in vielen anderen Ländern Europas und Nordamerikas.³⁹⁴ In der Schweiz erregten die „Schnapswellen“ der 1830er und 1870er Jahre viel Aufmerksamkeit. Wie der Gin in England und der Branntwein in Deutschland verbreitete sich in der Schweiz infolge des stark gesteigerten Kartoffelanbaus der sogenannte Händöpfeler – ein Kartoffelschnaps. Bis in die 1890er Jahre stieg der durchschnittliche Verbrauch reinen Alkohols in der Schweiz auf über 30 Liter pro Kopf an und gehörte damit zu den höchsten in ganz Europa.³⁹⁵

In den 1820er und 1830er Jahren bildeten sich überall in Europa und Nordamerika sogenannte Temperenz- und Mässigungsvereine, die sich gegen den Konsum hochprozentiger Alkoholika einsetzten. Sie rekrutierten innert kürzester Zeit mehrere Millionen Mitglieder. Die Initianten kamen häufig aus

392 Siehe dazu: Max Weber, *Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus*, Köln 2009.

393 Vgl. Jakob Tanner, *Die „Alkoholfrage“ in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, in: W. Hermann Fahrenkrug (Hg.), *Zur Sozialgeschichte des Alkohols in der Neuzeit Europas*, Lausanne 1986, S. 147–168.

394 Vgl. Hasso Spode, *Alkoholische Getränke*, S. 55–62.

395 Siehe dazu die statistische Erhebung des Alkoholverbrauchs in der Schweiz: Juri Auderset/Peter Moser, *Rausch & Ordnung. Eine illustrierte Geschichte der Alkoholfrage, der schweizerischen Alkoholpolitik und der Eidgenössischen Alkoholverwaltung (1887–2015)*, Bern 2016, S. 221.

protestantischen Freikirchen oder waren in bürgerlich-philanthropischen Vereinigungen wie der *Schweizerischen Gemeinnützigen Gesellschaft* aktiv. In der Tradition protestantischer Moraldiskurse inszenierten sie die Abkehr vom Alkohol als Erlösung vom Bösen und versuchten die mässigen Trinksitten mit ritualisierten Gelübden zu festigen. Wie der Historiker Hasso Spode schreibt, kam der Vereinsbeitritt „einer Taufe gleich, durch die die Sünde der Trunkenheit getilgt und die Aufnahme in die Gemeinde der Branntwein-Enthaltssamen vollzogen wurde.“³⁹⁶

Die Temperenz- oder Mässigungsvereine problematisierten dabei fast ausschliesslich den Alkoholkonsum der ärmeren sozialen Schichten, die durch Ermahnung und Belehrung vom mässigen Alkoholkonsum überzeugt werden sollten. Diese Strategie führte kurzzeitig zu einem rasanten Wachstum der Bewegung, beim städtischen Bürgertum hatten die religiös argumentierenden „Mässigkeitsapostel“ aber kaum Erfolg. Schon seit dem 17. Jahrhundert ernteten sie dort vor allem Spott und Hohn für ihre Enthaltssamkeitsforderungen. In den Wirren der 1848er-Revolutionen löste sich die Bewegung so schnell auf, wie sie entstanden war. Vor allem die unterernährten Arbeiter und Arbeiterinnen hatten kein Interesse, ihre Lebensweise nach den Moralvorstellungen der Alkoholgegner zu ordnen. Vielmehr waren sie auf die sättigende Wirkung der kalorienreichen Getränke angewiesen. Innert weniger Jahre brach die Bewegung fast vollständig zusammen, bis nur noch wenige tausend Mitglieder übrig waren.³⁹⁷

Erst in den 1870er Jahren begann sich wieder eine neue soziale Bewegung zu formieren, die sich gegen den weiterhin steigenden Alkoholkonsum positionierte. Einen steilen Aufstieg erlebte vor allem die 1877 von Louis-Lucien Rochat (1849–1917) gegründete *Société Suisse de Tempérance*, die sich ab 1884 *Croix-Bleue* bzw. *Blaues Kreuz* nannte.³⁹⁸ Nach eigenen Angaben hatte die international agierende Organisation bis 1909 ca. 80'000 Mitglieder, davon 24'660 in der Schweiz.³⁹⁹ Rochat stand der protestantischen, vor allem im angelsächsischen Raum verbreiteten Erweckungsbewegung nahe, die wiederum

396 Vgl. Spode, Die Macht der Trunkenheit, 163–182, zitiert S. 181.

397 Vgl. ebd., S. 182–202.

398 Siehe zur Geschichte des Blauen Kreuzes: Rolf Trechsel, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, Lausanne 1990, S. 31–45.

399 Vgl. Deutsch-schweizerische Hoffnungsbund-Kommission (Hg.), Der kleine Abstinenz. Leitfaden für den antialkoholischen Unterricht im Hoffnungsbund des Blauen Kreuzes, Bern 1910, S. 32.

mit religiösen Überzeugungen gegen den Alkoholkonsum argumentierte. So beschrieb auch Rochat die Verwandlung vom „schlechten Alkoholiker“ zum „guten Christen“ als religiöses Erweckungserlebnis.⁴⁰⁰ Die sogenannte Trunksucht blieb damit zwar weiterhin ein moralisches Problem, im ausgehenden 19. Jahrhundert argumentierten religiöse Alkoholgegner aber auch zunehmend mit medizinisch-wissenschaftlichen Erkenntnissen gegen den Alkoholkonsum.

Alkohol als „Gehirngift“ und „Narkotikum“: Die wissenschaftliche Abstinenzbewegung

Mit dem Aufstieg der Ärzteschaft und der zunehmenden Medikalisierung des menschlichen Körpers seit dem 18. Jahrhundert erhielten die Warnungen vor übermäßigem Alkoholkonsum eine säkulare, medizinische Begründung. Ärzte begannen die Auswirkungen des Alkohols auf den Organismus und die verschiedenen Organe zu untersuchen und die Symptome detailliert zu beschreiben. Bereits um 1800 kritisierte der deutsche Arzt Christoph Wilhelm Hufeland (1762–1836) hochprozentigen Alkohol als Gift, das Nerven und Gehirn nachhaltig schädige und dadurch den freien Willen und die Selbstkontrolle beeinträchtige. Neben der kurzzeitig auftretenden Bewusstseinsveränderung durch den akuten Rausch beschrieb er auch die Langzeitfolgen chronischer Alkoholvergiftung als gravierend. Übermäßiger Alkoholkonsum war damit nicht mehr nur ein selbst verschuldetes Laster eines Sünders, sondern eine behandlungsbedürftige Krankheit. Weil Hufeland bereits geringe Mengen Alkohol als gesundheitsschädlich definierte, plädierte er nicht nur für Mässigung, sondern vollständige Alkoholabstinenz.⁴⁰¹

Diesen Ansatz führte im ausgehenden 19. Jahrhundert vor allem die neu aufkommende Psychiatrie weiter. Auf der Suche nach wissenschaftlichen Erklärungen für die Entstehung psychischer Erkrankungen untersuchten Ärzte wie Auguste Forel die Auswirkungen des Alkoholkonsums auf das Gehirn. Forel leitete von 1879 bis 1898 die Psychiatrische Universitätsklinik Zürich – das sogenannte Burghölzli – und war Professor für Psychiatrie an der Universität Zürich. In seiner Forschungstätigkeit seziierte der Schweizer Arzt die Gehirne alkoholkranker Patienten und Patientinnen, um die Wirkungsweise des Alkohols auf das menschliche Nervengewebe zu untersuchen. Ähnlich wie Hufeland beschrieb er Alkohol als Gift, das sich einerseits durch akuten Schwindel und

400 Siehe dazu u. a.: Louis-Lucien Rochat, *La lutte contre l'alcoolisme en suisse*, Bruxelles 1895.

401 Vgl. Spode, *Die Macht der Trunkenheit*, S. 124–128.

Benommenheit bemerkbar mache und andererseits eine chronische Schädigung des Gehirns verursache, die eine Beeinträchtigung der Intelligenz, des Gemüts und der Willenskraft zur Folge habe. Alkohol sei deshalb „in erster Linie ein Nerven- und speziell ein Gehirngift.“⁴⁰²

Trotz dieser neuen, wissenschaftlich begründeten Alkoholkritik verloren die religiösen Alkoholgegner nicht an Bedeutung. Als Forel 1879 die Psychiatrie Burghölzli übernahm, arbeitete er mit einem Vertreter des *Blauen Kreuzes* zusammen, um alkoholranke Patienten zu behandeln. Wie er in seiner Autobiografie schreibt, konnte er sich zwar mit der „christlichen Richtung des Vereins“ nie anfreunden, aber aus Mangel an psychiatrischen Behandlungsmethoden setzte er trotzdem auf die wirksamen Methoden der religiösen Trinkerrettung, um Alkoholsüchtige zu kurieren.⁴⁰³ Auch als Forel 1892 die erste Deutschschweizer Loge des *Internationalen Guttemplerordens* (IOGT) gründete, scheute er sich nicht, die religiösen Rituale der freikirchlichen Organisation zu übernehmen.⁴⁰⁴ Erst 1906 distanzierte sich der Freidenker und Kirchenkritiker Forel von den christlich-protestantischen Inhalten der *Guttempler* und gründete den *Neutralen Guttemplerorden* (IOGTN), der sich auf eine universelle Ethik der „rein soziale[n] Menschlichkeit“ berief.⁴⁰⁵ Rituale wie das Abstinenzgelübde blieben jedoch auch im *Neutralen Guttemplerorden* bestehen. Damit löste sich Forel zwar von den protestantischen Bedeutungszuschreibungen, führte die bisherigen Bekehrungspraktiken aber weiter.⁴⁰⁶ Der Historiker Francesco Spöring konstatiert in seiner Dissertation, dass sich die religiösen und wissenschaftlichen Positionen nicht so stark unterschieden, „wie ihre postulierten Abgrenzungsversuche nahelegten“: Beide Richtungen

402 Vgl. Auguste Forel, *Alkohol und Geistesstörungen*, Basel 1891, S. 4; siehe dazu auch Mirjam Bugmann, *Hypnosepolitik. Der Psychiater August Forel, das Gehirn und die Gesellschaft (1870–1920)*, Köln 2015, S. 51 ff.

403 Auguste Forel, *Rückblick auf mein Leben*, überarbeitete Ausgabe, Zürich 2010, S. 150.

404 Die *Independent Order of Good Templars* wurde 1851 in den Vereinigten Staaten gegründet und breitete sich im ausgehenden 19. Jahrhundert in Europa aus. Die Mitglieder des Guttemplerordens verpflichteten sich nicht nur auf Alkohol zu verzichten, sondern auch andere Drogen wie Opium, Morphinum, Äther, Hanf oder Kokain zu meiden: vgl. Trechsel, *Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert*, S. 61–72; siehe dazu auch: Auguste Forel, *Der Guttempler-Orden. Ein sozialer Reformator*, Zürich 1890.

405 Auguste Forel, *Jugend, Evolution, Kultur. Der neutrale Guttemplerorden*, München 1908, S. 20.

406 Die beiden Richtungen der Guttempler schlossen sich 1925 wieder zusammen.

beriefen sich auf eine „Ethik der Nächstenliebe“ und wählten die „Askese als Mittel der Selbsterkenntnis“, um die Alkoholkranken vor sich selbst und die Gesellschaft vor den Folgekosten des Alkoholismus zu schützen.⁴⁰⁷

Neben Forel nahm der einflussreiche Physiologieprofessor Gustav von Bunge eine wichtige Rolle bei der Popularisierung der wissenschaftlichen Alkoholkritik ein. Sein 1887 erstmals veröffentlichtes *Lehrbuch der physiologischen und pathologischen Chemie* gehörte über Jahrzehnte hinweg zu den Standardwerken der deutschsprachigen Physiologie.⁴⁰⁸ Im selben Jahr prägte Bunge mit seiner viel beachteten Antrittsvorlesung zur „Alkoholfrage“ an der Universität Basel den wissenschaftlichen Abstinenzdiskurs. Die publizierte Rede erreichte sehr hohe Auflagezahlen und wurde in mehrere Sprachen übersetzt. Sie gilt als Initialzündung der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung.⁴⁰⁹ Darin versuchte Bunge, die verbreitete Annahme zu widerlegen, dass Alkohol stärkend und wärmend wirke. Vielmehr handle es sich dabei um ein „Narkotikum“, das nicht nur den Körper lähme, sondern auch den Verstand verneble.⁴¹⁰ Wie Forel forderte er deshalb auch eine vollständige Alkoholabstinenz.

Auf der Suche nach „Quellen der Degeneration“: Auguste Forel und Gustav von Bunge als Vordenker der Eugenik

Im Unterschied zu der religiös und moralisch begründeten Alkoholkritik legte die biologistische, naturwissenschaftlich gekennzeichnete Sichtweise auf die sogenannte Alkoholfrage eine neue, gravierendere Bedrohung für den Einzelnen und die Gesellschaft zutage. Durch die irreversiblen, gesundheitlichen Schädigungen schien der steigende Alkoholkonsum den Gesundheitszustand der gesamten Bevölkerung nachhaltig zu gefährden. Forel, Bunge und andere Abstinenzvordenker versuchten diesen Abwärtstrend mit statistischen Erhebungen und demografischen Daten zu belegen. Dazu verglichen sie beispielsweise den durchschnittlichen Alkoholkonsum in einem Staat mit der Anzahl Patienten und Patientinnen in Psychiatrien, der Arbeitslosenrate oder der Kriminalitätsstatistik.⁴¹¹ Diese Erkenntnisse verknüpften sie

407 Spöring, *Mission und Sozialhygiene*, S. 293.

408 Vgl. Gerhard Schmidt, *Das geistige Vermächtnis von Gustav v. Bunge*, Zürich 1973, S. 18 f.

409 Siehe zu Gustav von Bunge: Fabian Brändle/Hans Jakob Ritter, *Zum Wohl! 100 Jahre Engagement für eine alkoholfreie Lebensweise in Basel*, Basel 2010, S. 59–73.

410 Gustav von Bunge, *Die Alkoholfrage*. Basel 1887, S. 8.

411 Vgl. Francesco Spöring, „Du musst Apostel der Wahrheit werden“. Auguste Forel und der sozialhygienische Antialkoholdiskurs, 1886–1931, in: Judith Große/

mit reproduktionsmedizinischen Untersuchungen. So ging Forel davon aus, dass der Alkohol nicht nur das Gehirn angreife, sondern auch die menschlichen Keimzellen und damit das Erbgut der Nachkommen schädige. Offenbar bedrohte der Einzelne mit seinem Alkoholkonsum nicht nur die eigene Gesundheit, sondern auch jene seiner Kinder und Enkel. Den praktischen Beweis für diese Annahme liefere „die heutige Bevölkerung unserer Idioten- und Epileptiker-Anstalten, Irrenhäuser, Korrekptionsanstalten, Siechen- und Zuchthäuser, sowie die Verkrüppelung unserer Bevölkerung und ihre wachsende Militäruntauglichkeit.“⁴¹²

Auch Bunge griff auf zahlreiche Statistiken zurück, um seine Alkoholkritik mit Datenmaterial zu unterfüttern und einen allgemeinen Niedergang der Gesundheit zu konstatieren. So betonte er, dass in Basel jeder sechste Mensch an der Tuberkulose, jeder zehnte an Krebs und jeder neunte Mann „als Trinker“ sterbe. Die Hälfte aller Kinder sei „rachitisch“, die Hälfte aller junger Männer „unfähig zum Kriegsdienst“ und „wenigstens 80 % aller Frauen unfähig, ihre Kinder zu stillen.“ Ein unverkennbares „Zeichen der Degeneration“ seien auch die „vielen Nervenleidenden von der leichtesten Nervosität und Hysterie bis zum ausgesprochenen Wahnsinn und Blödsinn.“ Um die „Quellen der Degeneration“ aufzuspüren, wertete Bunge 2'500 Fragebögen aus, die er Ärzten und Ärztinnen aus ganz Europa zugeschickt hatte. Der Schweizer Physiologe schloss aus der statistischen Untersuchung, dass die meisten „chronischen Leiden und Gebrechen“ auf übermässigen Alkoholkonsum zurückzuführen seien.⁴¹³

Seit den 1860er Jahren befeuerten die französischen Ärzte Bénédict Augustin Morels (1809–1873) und Valentin Magnans (1835–1916) die Sorge, dass sich die Gesundheit und Leistungsfähigkeit der Menschen in modernen

Francesco Spöring/Jana Tschurenev (Hg.), Biopolitik und Sittlichkeitsreform. Kampagnen gegen Alkohol, Drogen und Prostitution 1880–1950, Frankfurt/New York 2014, S. 114–117.

412 Auguste Forel, Alkohol, Vererbung und Sexualleben. Vortrag, gehalten auf dem X. internationalen Kongress gegen den Alkoholismus, Berlin 1905, S. 19 f. Die in diesem Quellenzitat verwendeten Begriffe waren um 1900 in wissenschaftlichen Kreisen üblich. Heute sind sie zweifellos als diskriminierend und stigmatisierend abzulehnen. Trotzdem werden sie an dieser und anderen Stellen zitiert, um den drastischen und alarmistischen Wortlaut der damaligen Niedergangsangste möglichst quellennah wiederzugeben.

413 Gustav von Bunge, Die Quellen der Degeneration. Ein Vortrag gehalten am 18. Februar 1910 im Arbeiterbund zu Basel, Basel 1918, S. 3 f.

Industriegesellschaften rapide verschlechtere. Mit ihrer „Degenerationstheorie“ prägten sie nicht nur die Methoden der aufkommenden Psychiatrie, sondern auch die Deutungsmuster zahlreicher sozialer, kultureller und politischer Bewegungen im ausgehenden 19. und frühen 20. Jahrhundert. Die Niedergangsjüngste bildeten zugleich die Ausgangslage für biopolitische Regulierungsmassnahmen, die dazu beitragen sollten, die vermeintlichen Zerfallerscheinungen zu stoppen und die Gesundheit der Bevölkerung wieder zu verbessern.⁴¹⁴ Die Abstinenzbewegung versuchte die Bevölkerung einerseits durch Aufklärungsarbeit und Appelle an die Selbstverantwortung vom Alkoholkonsum abzuhalten, andererseits sollte sie auch mit Zwangsmassnahmen wie erhöhten Steuern, Alkoholverboten und Zwangseinweisungen in Heilanstalten vom Alkohol loskommen. Auguste Forel propagierte auch repressive Eingriffe in die reproduktive Selbstbestimmung und körperliche Unversehrtheit wie Heiratsverbote und Zwangssterilisationen, um Alkoholsüchtige an der Fortpflanzung zu hindern. So forderte er 1905: „Die Gescheiten, Tüchtigen und Kräftigen sollten sich energisch vermehren; die Schwachen, Elenden, Schlechten und Dummen dagegen gar nicht, und die Mittleren mässig.“⁴¹⁵

Vordenker der Abstinenzbewegung wie Forel und Bunge gehörten mit diesen Forderungen zu den Wegbereitern der sogenannten Eugenik.⁴¹⁶ Der Begriff geht auf den englischen Naturforscher Francis Galton (1822–1911) zurück, der in den 1860er Jahren evolutionsbiologische Theorien auf den Menschen übertrug. Galton ging davon aus, dass sich der allgemeine Gesundheitszustand verschlechtere, weil die natürliche Selektion in modernen Gesellschaften ausser Kraft gesetzt sei. Auch die vermeintlich Schwachen und Kranken würden sich fortpflanzen und dadurch die gesamte Population gefährden. Der Staat müsse

414 Vgl. Martin Lengwiler, Im Zeichen der Degeneration. Psychiatrie und internationale Abstinenzbewegung im ausgehenden 19. Jahrhundert, in: Judith Große/Francesco Spöring/Jana Tschurennev (Hg.), Biopolitik und Sittlichkeitsreform. Kampagnen gegen Alkohol, Drogen und Prostitution 1880–1950, Frankfurt/New York 2014, S. 85–110.

415 Forel, Alkohol, Vererbung und Sexualleben, S. 13 f.

416 Der Begriff wird im Folgenden ausschliesslich als Quellenbegriff und Selbstbezeichnung einer historischen Bewegung verwendet. Siehe zur Geschichte der Eugenik u. a.: Maren Lorenz, Menschenzucht. Frühe Ideen und Strategien 1500–1870, Göttingen 2018; siehe zu Auguste Forel als Vordenker der Eugenik: Urs Germann, „Alkoholfrage“ und Eugenik. Auguste Forel und der eugenische Diskurs in der Schweiz, in: *Traverse, Zeitschrift für Geschichte*, 4/1 (1997), S. 144–154; Hans Jakob Ritter, Psychiatrie und Eugenik. Zur Ausprägung eugenischer Denk- und Handlungsmuster in der schweizerischen Psychiatrie, 1850–1950, Zürich 2009.

deshalb die Funktion der Natur übernehmen, indem er die Geburtenrate der vermeintlich „erbgesunden“ Menschen fördere, während er die Fortpflanzung der als „erbkrank“ deklarierten Menschen verhindere. Diese Vorstellung verknüpfte er mit rassistischem Überlegenheitsdenken. So bewertete Galton die menschlichen „Rassen“ nach der Qualität ihrer Gene und konstruierte eine Hierarchie von „niederen“ und „höherstehenden Rassen“. Unter dem Begriff der „Rassenhygiene“ suchten Eugeniker wie Forels Schüler Alfred Ploetz (1860–1940) nach Möglichkeiten, die Gesundheit spezifischer „Rassen“ durch diskriminierende Gesetze und Regulierungen zu beeinflussen. An der Ausarbeitung der nationalsozialistischen „Rassengesetze“ war auch Forels Schüler Ernst Rüdin (1874–1952) beteiligt. Eugenische und „rassenhygienische“ Konzepte dienten den Nationalsozialisten später als Legitimationsquelle, um systematisch Menschen mit Behinderung, Suchtkranke und Juden zu ermorden.⁴¹⁷

Degenerationsängste und eugenische Massnahmen stiessen auch in demokratischen Ländern wie der Schweiz auf viel Interesse. Schon 1885 versuchte das *Eidgenössische Statistische Bureau* erstmals die Folgekosten des Alkoholkonsums für die Schweizer Wirtschaft zu beziffern. Von den alarmierenden Befunden aufgeschreckt, beschlossen die Kantone und der Bund mehrere Massnahmen, um die Produktion, den Vertrieb und Verkauf alkoholischer Getränke stärker zu regulieren. Am 15. Mai 1887 nahm das Schweizer Stimmvolk das erste schweizerische Alkoholgesetz an, das ein staatliches Monopol und eine Ausschankbewilligung für „gebranntes Wasser“ einführte. Mit der Gründung der *Eidgenössischen Alkoholverwaltung* begann im selben Jahr die Institutionalisierung der Alkoholregulierung auf Bundesebene.⁴¹⁸ Jedoch gab es in der Schweiz trotz mehrerer Anläufe nie eine Alkoholprohibition wie beispielsweise in Russland (1914–1925), Norwegen (1916–1927) oder den USA (1919–1933). Lediglich der Absinth wurde 1908 durch ein Volksbegehren verboten.⁴¹⁹

417 Vgl. Thomas Huonker, Diagnose „moralisch defekt“. Kastration, Sterilisation und Rassenhygiene im Dienst der Schweizer Sozialpolitik und Psychiatrie 1890–1970, Zürich 2003, S. 79–92.

418 Vgl. Auderset/Moser Peter, Rausch & Ordnung, S. 26–46.

419 Der Initiative ging ein aufsehenerregendes Verbrechen voraus: Ein Familienvater hatte 1905 im Kanton Waadt seine Frau und zwei Kinder im Alkoholrausch erschossen. Eine Studie des Eidgenössischen Justiz- und Polizeidepartement führte die Tat auf eine Psychose durch die im Absinth enthaltenen Zusatzstoffe zurück. In der Folge erlebte der Absinth eine rasante Umdeutung vom ritualisierten Wohlfühlgetränk der Künstlerinnen und Bohémien zum devianten Rauschmittel. Anstatt alle alkoholischen Getränke zu problematisieren, wurde im Abstimmungskampf die komplette Palette an Degenerationsängsten einzig auf den Absinth übertragen. Das

Hingegen nahm die Schweiz bei der Durchführung von Zwangssterilisationen eine unrühmliche Pionierrolle ein. Im Heimatland von Forel und Rüdin gab es zwar mit Ausnahme des Kantons Waadt keine Gesetzgebung, die Zwangssterilisationen erlaubte, jedoch gewährte die Schweiz den Ärzten viel Ermessensspielraum bei der Durchführung dieser Eingriffe. Die Historikerin Regina Wecker betont, dass Betroffene häufig unter Druck gesetzt wurden, in die Unfruchtbarmachung einzuwilligen. Bei der Begründung des Eingriffs sei die „Grenzziehung zwischen gesellschaftlich unerwünschtem Verhalten und Krankheit“ äusserst willkürlich verlaufen.⁴²⁰ Wie durch Forel angeregt, gehörten Alkoholranke zu den häufigsten Opfern der Zwangssterilisation. Oft wurden aber nicht die alkoholsüchtigen Männer, sondern deren Ehefrauen sterilisiert.⁴²¹

Der „Erzfeind des Menschengeschlechts“: Wissenschaftliche Alkoholkritik und Eugenik in der Naturheil- und Vegetarierbewegung

Sowohl naturheilkundliche als auch vegetarische Vordenker adaptierten im 19. Jahrhundert die wissenschaftlichen Fachdiskurse gegen den Alkoholkonsum. Schon J. H. Rausse verwies 1839 in seinem Hauptwerk *Wasser that's freilich* auf die toxische Wirkung des Alkohols. So schreibt er, dass nur eine „tiefgreifende Wasserkur“ den „Säufer“ von der „Vergiftung“ durch den Alkohol befreien könne. Um den Körper zu entgiften, propagierte er naturheilkundliche Verfahren wie Bäder, Abwaschungen und Trinkkuren.⁴²² Rausse stufte „diesen Erzfeind des Menschengeschlechts“ als so gefährlich ein, dass er sogar das „Einschreiten der Staatsbehörden“ zur Regulierung des Alkoholkonsums für erforderlich hielt. Das sei „bei dieser Seuche viel nothwendiger als es bei der Cholera“ gewesen sei. Das „Branntweinsgift“ verursache ansonsten eine tiefgreifende „Zerrüttung und Auflösung der Staaten von innen heraus“.⁴²³

war nicht im Sinne der Abstinenzbewegungen – die sich lieber auf die Gefahren des Alkohols konzentriert hätten – trotzdem erhofften sie sich die Alkoholgegner vom Absinth-Verbot eine Signalwirkung für weitere Einschränkungen. Siehe dazu: Hermann Fahrenkrug, *La fin merveilleuse de la „fée verte“*. *Réflexions sur la prohibition réussie d'une drogue en Suisse*, in: *Traverse*, 1 (1994), S. 44–48.

420 Regina Wecker, *Vom Verbot Kinder zu haben und dem Recht keine Kinder zu haben. Zur Geschichte und Gegenwart der Sterilisation in Schweden, Deutschland und der Schweiz*, in: *Figurationen. Gender, Literatur, Kultur*, 4/2 (2003), S. 107.

421 Vgl. Huonker, *Diagnose „moralisch defekt“*, S. 127 f.

422 Rausse, *Wasser that's freilich*, S. 179.

423 Ebd., S. 182.

Ähnlich formulierte Eduard Baltzer in seinem vegetarischen Standardwerk *Die natürliche Lebensweise* seine Kritik am Alkoholkonsum. Auch der deutsche Vegetarier bezeichnete den Alkohol als „schlimmsten Feind des menschlichen Geschlechtes“.⁴²⁴ In einer Welt voller „Elend der Armut“ müsse man den Alkohol als „kolossale Übertreibung“ und als „Luxus ohne Gleichen“ verurteilen. Weil er aber auch ein starkes „Gift“ sei, das bereits in geringen Mengen das Gehirn schädige, müsse man ihn mit aller Kraft bekämpfen. Mit Hinweis auf bekannte Ärzte und Psychiater betonte Baltzer, dass der Alkohol nicht nur Zellen und Organe schädige, sondern auch „Geistesstörung[en]“ verursache. Dadurch habe er nicht nur eine verheerende Wirkung auf die „Rasse“, sondern ruiniere „ganze Völker“.⁴²⁵ Indem Baltzer die wissenschaftlichen Fachdiskurse für die vegetarische Bewegung nutzbar machte, beteiligte er sich auch an der aufkommenden Degenerationsdebatte und den damit verbunden eugenischen und rassistischen Deutungsmustern.

In der Schweiz äussert sich beispielsweise Wilhelm Dock in seinem 1874 veröffentlichten Vortrag *Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise* in gleicher Weise. Alkoholkonsum verursache „gefährliche Krankheiten, wie Magen- und Darmkatarrhe, Leberkrankheiten, Wassersucht, frühes Greisenalter, Erblindung und Gehirnkrankheiten“. Das Gift wirke „nicht nur schädlich auf die Nerven ein“, sondern zerstöre „sogar die Blutkörperchen“. Statt den Organismus zu kräftigen, schwäche es ihn. Weil das alles „eine allbekannte Sache“ sei, verzichtete Dock in diesem Vortrag aber auf weitere Erklärungen.⁴²⁶ Ausführlicher äusserte sich der St. Galler Naturheilarzt und Vordenker der vegetarischen Bewegung in seiner 1882 veröffentlichten Schrift über den Vegetarismus. Neben den körperlichen Schäden verursache der Alkoholkonsum auch eine „Abnahme der Willens- und Thatkraft, des Denkens und Handels [sic], und als Folge: sittliche Verkommenheit, Ausschweifungen aller Art, oft sogar größtes Elend, Verbrechen u.s.w.u.s.w.“. Auch Dock folgte der psychiatrischen Annahme, dass es sich bei der „Trunksucht“ um eine „Geisteskrankheit“ handle.⁴²⁷

Im 20. Jahrhundert propagierte auch Max Bircher-Benner die „Vermeidung aller toxisch wirkender Getränke, d. h. jeglicher alkoholischer Getränke“, als

424 Eduard Baltzer, *Die natürliche Lebensweise*. Zweiter Teil, *Die Reform der Volkswirtschaft*, Leipzig³1882, S. 105 f.

425 Ebd., S. 103.

426 Friedrich Wilhelm Dock, *Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise*. Vortrag, gehalten an der Generalversammlung des „Vereins für volksthümliche Heilkunde“ in Zofingen den 7. Juni 1874, Zürich 1874, S. 4.

427 Dock, *Ueber die sittliche und gesundheitliche Bedeutung des Vegetarianismus*, S. 63.

Baustein einer gesunden Ernährung.⁴²⁸ Wie Bircher-Benner in seiner Autobiografie schreibt, kam er während seines Medizinstudiums in Zürich in den 1880er Jahren mit Auguste Forel und der „Alkoholfrage“ in Kontakt. In dieser Zeit hätten sich noch die meisten Studenten, Professoren und Ärzte als „Freunde des Alkohols“ gezeigt. Wer keinen Alkohol trank, habe sich der „Lächerlichkeit“ ausgeliefert. Das habe jedoch Forel nicht davon abgehalten, „die Wirkungen des Alkohols auf den Organismus und die Folgen der Trink-sitten für die Volksgesundheit“ zu erforschen und selbst abstinent zu leben.⁴²⁹ Auf Anraten seines Lehrers entschied sich auch Bircher-Benner keinen Alkohol mehr zu trinken. Dabei adaptierte er nicht nur Forels wissenschaftlich begründete Alkoholkritik, sondern auch die damit verbundenen Degenerations-ängste: Der Alkohol habe „so viele Menschenleben und so viel Familienglück vernichtet“, weil er nicht nur die Gesundheit der „Trinker“ schädige, sondern auch „Leib und Seele ihrer Kinder“.⁴³⁰

Im Unterschied zur Abstinenzbewegung, die ihre Aktivitäten auf die Bekämpfung des Alkoholkonsums bündelte, war der Verzicht auf Alkohol bei lebensreformerischen Akteuren wie Bircher-Benner nur ein Aspekt ihrer umfassenden Reformbestrebungen. Das zeigte sich beispielsweise auch im *Schweizerischen Verein zur Hebung der Volksgesundheit*. Der Dachverein der Schweizer Naturheilbewegung betonte zwar immer wieder die Schädlichkeit des Alkoholkonsums, warnte jedoch davor, „in jedem, dem ein Glas Wein oder Bier“ noch mundet, „einen halben Lumpen, oder einen zukünftigen Verbrecher [zu] sehen“. Zwar teilte die Naturheilbewegung viele Überzeugungen und Erkenntnisse der Abstinenzbewegung, sie grenzte sich aber deutlich von den Absolutheitsansprüchen der „Abstinenzfanatiker“ ab. Unter den Anhängern der Naturheilbewegung gäbe es zwar „eine große Menge von Abstinenten“, jedoch dürfe die Alkoholabstinenz nicht als Aufnahmebedingung vorausgesetzt werden.⁴³¹ Naturheilkundliche und vegetarische Akteure lobten zwar den Einsatz der Abstinenzbewegung für die „Volksgesundheit“, lehnten aber strikte Verbote und staatliche Regulierung ab. Letztlich sei „die Abstinenz ganz und gar Privatsache.“ Zwang habe „in den meisten Fällen keinen dauernden

428 Max Bircher-Benner, *Ordnungsgesetze des Lebens als Wegweiser zur echten Gesundheit*, Zürich 1938, S. 96.

429 Max Bircher-Benner, *Vom Werden des neuen Arztes. Erkenntnisse und Bekenntnisse*, Dresden 1938, S. 32.

430 Ebd., S. 36.

431 Karl Stöcklin, *Die Stellung unseres Organs zur Abstinenz*, in: *Volksgesundheit*, 1/21 (1908), S. 1.

Erfolg.⁴³² Typisch für den lebensreformerischen Ansatz, sollte sich jeder Einzelne selbstbestimmt und möglichst freiwillig für die Alkoholabstinenz als Teil eines gesunden Lebensstils entscheiden und damit die Gesundheit der ganzen Bevölkerung verbessern.

Trotz dieser liberalen, die Autonomie des Einzelnen betonenden Einstellung, breiteten sich auch in der Naturheilbewegung Degenerationsängste und eugenische Ideen aus. In der Zwischenkriegszeit kamen im *Schweizerischen Verein zur Hebung der Volksgesundheit* immer mehr Stimmen auf, die eine „Erhaltung und Aufwärtsentwicklung alles Organischen, der Arten und Rassen“ einforderten. Aber im Unterschied zum genetisch-biologistischen Determinismus wissenschaftlicher Abstinentzordenker wie Forel und Bunge legten die meisten naturheilkundlichen und vegetarischen Akteure ihren Fokus auf die potenzielle Gestaltbarkeit der individuellen und kollektiven Gesundheit. So veröffentlichte die *Volksgesundheit* beispielsweise 1935 einen Artikel des deutschen Arztes William G. Niederland (1904–1993), der sich für eine Verbesserung der „Volksgesundheit“ durch lebensreformerische Gesundheitspraktiken einsetzte: Die Eugenik sei „keineswegs identisch mit Sterilisation und Kastration“. Anstatt die „Höherentwicklung des Menschengeschlechts“ mit dem „Operationsmesser“ zu betreiben, solle jeder Einzelne mit „praktische[r] Eugenik“ bei sich selbst beginnen.⁴³³

Wenn wir dem Alkoholenuss und den sonstigen Genussgiften entsagten, wenn wir eine naturgemässe Lebens- und Ernährungsweise führen würden, die Geschlechtskrankheiten aus unserem Kulturkreis bannten, so gäbe es bald keine Erbübel mehr. [...] Der Träger einer ungünstigen Erbanlage ist zwar in erhöhtem Masse gefährdet, aber er kann durch eigene Leistung und unermüdliche Arbeit an sich selbst die mangelhafte Erbanlage nicht nur ausgleichen, sondern deren Wert steigern und weiter entwickeln, selbst bis in die höchsten Stufen hinauf.⁴³⁴

Bereits durch die „Abschaffung des Alkoholismus“ und anderer „Kulturübel [...] wie Nikotinabusus, Morphinium- und Kokainsucht etc.“ könnten „70 bis 80 % aller eugenischer Probleme (Idiotie, zahlreiche Formen von Geisteskrankheit, Kriminalität)“ beseitigt werden.⁴³⁵ Der befürchtete gesundheitliche Niedergang sollte in erster Linie durch Naturheilbehandlungen, Ernährungsreform

432 O. A., Zur Abstinenzbewegung. Gedanken eines Beobachters, in: *Volksgesundheit*, 16/8 (1923), S. 125.

433 William G. Niederland, Eugenik, in: *Volksgesundheit*, 28/15 (1935), S. 282 f.

434 Eda., S. 284.

435 Eda., William G. Niederland, Eugenik, in: *Volksgesundheit*, 28/15 (1935) S. 282.

und Genussmittelverzicht gestoppt werden. Die „unermüdliche Arbeit an sich selbst“ erscheint hier als liberal gekennzeichnete Alternative zum eugenischen Vererbungs determinismus.⁴³⁶

Seit Mitte der 1930er Jahre gab es in der *Volksgesundheit* jedoch auch zunehmend Stimmen, die drastische Eingriffe in die individuellen Freiheitsrechte forderten und mit rassistischen Denkmustern argumentierten. Schon 1934 betonte ein Mitglied des *Schweizerischen Vereins zur Hebung der Volksgesundheit*, dass es „bekanntlich eine ganze Reihe erblicher Krankheiten und Gebrechen“ gebe, die sich „nach den Gesetzen der Vererbung“ auf die „Nachkommen übertragen.“ Um den „Niedergang“ der Menschheit zu stoppen, müsse der Staat die Rolle der „natürlichen Zuchtwahl“ übernehmen:

Es soll durch die künstliche Zuchtwahl nur jenen Individuen die Fortpflanzungsmöglichkeit erhalten bleiben, die auf Grund ärztlicher Gutachten die Garantie für die Erhaltung und Fortpflanzung eines in jeder Hinsicht gesunden und leistungsfähigen Menschenschlages bieten. Alles Unzweckmässige trachtet man dabei prophylaktisch, durch die Sterilisation der untauglichen Einzelwesen, auszumerzen.⁴³⁷

Das „neue[...] Regime“ in Deutschland habe bereits erste Massnahmen eingeleitet, um „das Werden der ‚Unglücklichen‘ [zu] verhindern und für alle Zukunft vor[z]u beugen, dass Unbrauchbares gezeugt werde.“ Neben „Schwachsinnigen“, „Schizophrenen“, „Manisch-Depressiven“ und „Epileptikern“ sollten auch „schwere Alkoholiker“ von der Fortpflanzung ausgeschlossen werden. Die Redaktion der *Volksgesundheit* ergänzte diese Ausführungen mit dem Hinweis, dass nach den „Schätzungen der Sachverständigen“ ca. 400'000 Menschen „unter das Sterilisationsgesetz fallen“, und betonte unmissverständlich, dass die Regierung damit „gute“ „Absichten“ verfolge, jedoch bei der „Ausführung“ auf grosse Schwierigkeiten stossen werde.⁴³⁸

In der Folge kam in der *Volksgesundheit* immer wieder die Forderung auf, auch in der Schweiz eugenische Zwangsmassnahmen umzusetzen. Beispielsweise

436 Siehe dazu u. a. auch: Hans Keller, Sinn und Wert der Ahnenforschung. Ein Beitrag zur Rassenhygiene, in: *Volksgesundheit*, 25/22 (1932), S. 404: „Man beobachte die Lebensweise, vor allem die Ernährung der Eltern und studiere nachher Gesundheit und Gemüt der Kinder. Die Wechselbeziehungen von Alkohol, Fleischgenuss und Gewalttätigkeit und die Zusammenhänge von Vegetarismus (Pflanzennahrung), edlem Denken und angeborenem Pazifismus (notorisches Bedürfnis zur Gewaltlosigkeit) können gerade hier eingehend studiert werden.“

437 Sepp Borer, Ein Problem zur Sanierung der Menschheit, in: *Volksgesundheit*, 27/5 (1934), S. 80.

438 Ebd., S. 81.

erklärte 1943 der Schweizer Pädagoge Heinrich Hanselmann (1885–1960), dass „Trunk-Süchtige [...] als seelisch abnorm zu betrachten“ seien und deshalb „von der Fortpflanzung ausgeschlossen“ werden sollten. Selbst wenn sie von der Trunksucht geheilt werden, dürften sie sich nicht mehr fortpflanzen, weil ihre Alkoholsucht nicht „Ursache, sondern Folge“ einer „Degeneration der Erbmasse“ sei.⁴³⁹ Die lebensreformerische Arbeit an der eigenen Gesundheit erscheint damit als zwecklos. Auch wenn ein Alkoholsüchtiger eine vegetarische Ernährungsweise wählt und auf alle Genussmittel verzichtet, kann er sich nicht von seinen „schlechten“ Genen emanzipieren.⁴⁴⁰

Den gleichen Determinismus postulierte auch Emanuel Riggenbach 1943 in seinem Artikel über die „Bedeutung der Erbllichkeit für Rasse, Volk und Staat“. Darin erklärte der Arzt, dass die „zunehmende Entartung“ darauf zurückzuführen sei, dass sich „die minderwertigen Bevölkerungsschichten“ schneller fortpflanzen als die „hochwertigen“. Der Staat müsse deshalb mit „erbhygienische[n]“ Massnahmen die „Zahl der Erbgesunden“ steigern und die „der Erbkranken“ mindern. Weil Riggenbach die „Nachkommen von Angehörigen zweier Rassen“ als besonders „minderwertig“ beurteilte, forderte er die „Beschränkung der Einwanderung rassisch minderwertiger Elemente“. Präventive Ansätze wie die „Bekämpfung der schädlichen erbändernden Einflüsse des Alkoholmissbrauches“ erwähnt er hingegen nur als Randnotiz seiner rassistischen Biopolitik.⁴⁴¹

439 Heinrich Hanselmann, V. Alkohol, Alkoholismus und Vererbung, in: *Volksgesundheit*, 36/5 (1943), S. 134 f. In den 1940er Jahren veröffentlichte Hanselmann zahlreiche Artikel in der *Volksgesundheit*. Er gilt als Pionier der Sonderpädagogik in der Schweiz. Hanselmann gründete 1924 das Heilpädagogische Seminar an der Universität Zürich und veröffentlichte Grundlagenwerke wie die *Einführung in die Heilpädagogik* (1930). Dabei propagierte er nicht nur eugenische Denkmuster, sondern prägte in seinen Schriften auch den Begriff des „Anormalen“. Siehe zu Hanselmann: Ute Weinmann, Normalität und Behindertenpädagogik. Historisch und normalismustheoretisch rekonstruiert am Beispiel repräsentativer Werke von Jan Daniel Georgens, Heinrich Marianus Deinhardt, Heinrich Hanselmann, Linus Bopp und Karl Heinrichs, Opladen 2003, S. 93–163; siehe dazu auch: Carlo Wolfisberg, Heilpädagogik und Eugenik. Zur Geschichte der Heilpädagogik in der deutschsprachigen Schweiz (1800–1950), Zürich 2002.

440 Siehe dazu u. a. auch: Heinrich Hotz, Eugenik, in: *Volksgesundheit*, 32/16 (1939), S. 303 ff.

441 Emanuel Riggenbach, Die Bedeutung der Erbllichkeit für Rasse, Volk und Staat, in: *Volksgesundheit*, 36/3 (1943), S. 74 f.

Nach 1945 bot die *Volksgesundheit* eugenischen Ideen weiterhin eine Plattform.⁴⁴² Wie der Historiker Thomas Huonker betont, konnten Eugeniker in der Schweiz nach 1945 nahtlos mit ihrer Arbeit weitermachen und auch in der Praxis wurden weiterhin zahlreiche Sterilisationen durchgeführt.⁴⁴³ Zwar distanzieren sich Naturheilärzte wie Max Bircher-Benners Sohn Franklin Bircher (1896–1988) von der „Praxis der Erbhygiene“ in Deutschland, die ins „Verbrecherhafte abgerutscht“ sei, sie forderten aber weiterhin eugenische Massnahmen, um die Verbreitung von Erbkrankheiten in der Schweiz zu stoppen.⁴⁴⁴ So gab Bircher zu bedenken, dass die „Zahl der erblich Minderwertigen [...] von Kennern auf mindestens 400'000, d.h. mit etwa 10 Prozent geschätzt“ werde. Jedoch dürfe die „Freiheit der Person, des Körpers und des Geistes“ nicht mehr so „leichtfertig angetastet werden“ wie vor dem Krieg. Der lebensreformerische Ansatz, die „Erleiden“ durch „richtige Ernährung“ zu behandeln, sollte wieder in den Vordergrund rücken. Trotzdem schloss Bircher Sterilisationen nicht grundsätzlich aus. Für die „schweren Fälle“ müsse „mit dem Einverständnis und der Hilfe Anverwandter [...] der richtige Weg gefunden werden.“⁴⁴⁵

Ebenso schlimm wie Alkohol? Die ambivalente Beurteilung des Koffeins

Im gleichen Atemzug wie Alkohol kritisierten viele Naturheilärzte und Vegetarierinnen auch Kaffee als gesundheitsschädliches Reizmittel. Dessen Konsum nahm im 19. Jahrhundert in industrialisierten Ländern wie der Schweiz ebenfalls stark zu. Von der arabischen Halbinsel kommend, breitete er sich seit dem 17. Jahrhundert in Europa aus. Die ersten Kaffeehäuser verkauften das Heissgetränk als teures Genussmittel für die Oberschichten. Die ärmeren Gesellschaftsschichten mussten derweilen mit kaffeeähnlichen Ersatzprodukten

442 Die *Volksgesundheit* druckte 1946 eine Artikelserie mit Texten aus dem Buch *Erbkrankheiten und ihre Bekämpfung* des Schweizer Psychiaters Anton Carl Brugger (1903–1944) ab: Anton Carl Brugger, *Erbgesundheitspflege*. Vom Wesen der Eugenik, in: *Volksgesundheit*, 39/1 (1946), S. 5–9. Brugger war „einer der eifrigsten Verfechter eugenischer Massnahmen in der Deutschschweiz“. Er arbeitete unter anderem mit Ernst Rüdin zusammen: vgl. Nadja Ramsauer/Thomas Meyer, *Blinder Fleck im Sozialstaat*. Eugenik in der Deutschschweiz, in: *Traverse*, 2/2 (1995), S. 117.

443 Vgl. Huonker, *Diagnose „moralisch defekt“*, S. 149–157; siehe dazu auch: Roswitha Dubach, *Verhütungspolitik. Sterilisationen im Spannungsfeld von Psychiatrie, Gesellschaft und individuellen Interessen in Zürich (1890–1970)*, Zürich 2013.

444 Franklin Bircher, *Erbgesundheitspflege*, in: *Volksgesundheit*, 39/9 (1946), S. 259.

445 Ebd., S. 261.

aus Eicheln und Zichorien vorliebnehmen. In der Folge bauten die Europäer in ihren Kolonien die Anbauflächen für Kaffee massiv aus und industrielle Verarbeitungsmethoden reduzierten den Preis des Genussmittels. Um 1900 konnten sich bereits grosse Teile der Bevölkerung Kaffee als alltägliches Massenprodukt leisten.⁴⁴⁶

Mit der Entdeckung des Koffeins durch den deutschen Chemiker Friedlieb Ferdinand Runge (1794–1867) begann auch die wissenschaftliche Erforschung des Heissgetränks. Seit Mitte des 19. Jahrhunderts lobten Ernährungswissenschaftler wie Justus von Liebig die verdauungsanregende und sättigende Wirkung des Kaffees. Vor allem Industriearbeiter sollten davon profitieren, um die langen, kräftezehrenden Arbeitszeiten zu überstehen. Die sättigende Wirkung des Kaffees stellte aber bereits Liebigs Schüler Carl Voit wieder infrage.⁴⁴⁷ Gustav von Bunge kritisierte Koffein sogar als gesundheitsschädlich. Er warnte Kaffeetrinker und -trinkerinnen vor „chronischen Magenleiden“. In „grösseren Dosen“ rufe das Koffein sogar „deutliche Vergiftungssymptome“ hervor. Wer jedoch Kaffee in geringen Mengen zu sich nehme, müsse keine „schädliche Wirkung“ befürchten. Darum dürfe der Kaffeekonsum nicht mit der „verheerenden Wirkung des Alkohols“ gleichgesetzt werden.⁴⁴⁸

Während die gesundheitliche Beurteilung des Kaffees in der Ernährungswissenschaft ambivalent blieb, festigte sich in der Naturheil- und Vegetarierbewegung die Meinung, dass Koffein möglichst zu meiden sei. Einige Naturheilärzte wie Wilhelm Dock beurteilten Koffein als genauso schädlich wie Alkohol. Beide würden „Nervenleiden“ und „Herzklopfen“ erzeugen. Manch eine „nervöse und blutarme Frau“ solle den Kaffeekonsum sogar „als Hauptschuldige[n] ihrer Leiden anklagen.“⁴⁴⁹ In gleichem Atemzug wurden meistens auch andere koffeinhaltige Getränke als gesundheitsschädliche Reizmittel kritisiert. So zählte beispielsweise Max Bircher-Benner neben Kaffee auch „Tee, Kakao, Schokolade“ zu den „toxisch wirkenden Getränke[n].“⁴⁵⁰

446 Vgl. Jakob Tanner, Facetten einer Kultur- und Sozialgeschichte des Kaffees, in: Roman Rossfeld (Hg.), Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart, Baden 2002, S. 10–19.

447 Vgl. Markus Binder, Industrialisierung, Physiologie und körperliche Stimulierung. Kaffee als Energydrink im 19. Jahrhundert, in: Roman Rossfeld (Hg.), Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart, Baden 2002, S. 207–225.

448 Gustav von Bunge, Was sollen wir trinken? Basel 1902, S. 20 f.

449 Dock, Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise, S. 4.

450 Bircher-Benner, Ordnungsgesetze des Lebens als Wegweiser zur echten Gesundheit, S. 96.

Theodor Hahn bezeichnete den „Genuß von Kaffe [sic] und Thee und anderer Reizmittel“ sogar als „Nemesis“, die den „eigenen Untergang“ herbeiführe.⁴⁵¹ Die Naturheil- und Vegetarierbewegung gehörte damit zu den schärfsten Kritikern des Koffeins. Während sich die Ernährungswissenschaft uneinig über die gesundheitliche Wirkung des Kaffeekonsums war und der Staat kein Interesse an einer Regulierung zeigte, etablierte sich die Koffeinabstinenz als wichtiger Bestandteil der vegetarischen Ernährungsreform.

„Das Nicotin ist ein furchtbares Gift“: Die Problematisierung des Tabakrauchens

Seit die Tabakpflanze im 15. Jahrhundert von Amerika nach Europa gelangte, nahm der Tabakkonsum kontinuierlich zu. Wie der Historiker Thomas Hengartner schreibt, breitete sich das relativ günstige und leicht zu verarbeitende Genussmittel „in unterschiedlichen Ständen, bei beiden Geschlechtern und auch in allen Altersklassen ausgesprochen schnell und nachhaltig“ aus.⁴⁵² Vor allem im Schlepptau der Soldaten im Dreißigjährigen Krieg gelangte der Tabak in alle Regionen Europas und später auch weiter nach Asien und Afrika. Ursprünglich galt die Pflanze als Heilmittel. Diese Stellung verlor sie jedoch mit ihrer schnellen Ausbreitung im ausgehenden 17. Jahrhundert. Vor allem die arme Landbevölkerung nutzte das sedativ wirkende Genussmittel, um den Hunger zu dämpfen. Bis ins 19. Jahrhundert wurde es in Pfeifen geraucht oder geschnupft und dann allmählich von der industriell hergestellten Zigarre und ab den 1870er Jahren von der Zigarette abgelöst.

Seit dem späten 17. Jahrhundert wurde auch in der Schweiz Tabak angebaut. Der Textilunternehmer Samuel Weber (1785–1861) gründete 1838 im aargauischen Kulm eine erste Zigarrenfabrik. Die Region entwickelte sich in der Folge zum Kerngebiet der Schweizer Tabakindustrie. So nahm unter anderem 1888 die Zigarrenfabrik *Villiger* in Pfeffikon ihren Betrieb auf. Bis zur Jahrhundertwende gab es 66 Fabrikbetriebe mit fast 3'000 Angestellten in der Schweiz.⁴⁵³ Mit der wachsenden Produktion stieg auch der durchschnittliche

451 Hahn, *Practisches Handbuch der naturgemäßen Heilkunde*, S. 207.

452 Thomas Hengartner, Tabak, in: Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki (Hg.), *Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch*, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 169–193, zitiert S. 175; siehe zur Kulturgeschichte des Rauchens auch: Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki (Hg.), *Tabakfragen. Rauchen aus kulturwissenschaftlicher Sicht*, Zürich 1996.

453 Vgl. Andreas Steigmeier, *Blauer Dunst. Zigarren aus der Schweiz, gestern und heute*, Baden 2002, S. 16–25.

Pro-Kopf-Verbrauch an. In den 1890er Jahre lag er bereits bei relativ hohen 2,35 Kilogramm Rohtabak pro Jahr. Mit der Erfindung der Zigarette als neuer Konsumpraktik nahm der Verbrauch weiter zu. 1910 rauchten die Schweizer und Schweizerinnen bereits 545 Millionen Zigaretten pro Jahr. In der Schweiz war jedoch noch bis in die 1920er Jahre die kurze Zigarre – der sogenannte Stumpfen – die dominierende Rauchform.⁴⁵⁴

Bereits kurz nach der Ankunft der Tabakpflanze in Europa begann die Problematisierung des Genussmittels. Vor allem christliche Geistliche kritisierten das Rauchen als fremde, vermeintlich unchristliche Tätigkeit und beklagten sich über die Geruchsbelästigung durch den Tabakrauch. Dabei war die Kritik am Rauchen von Anfang an eng an die Vorbehalte gegen das Alkoholtrinken geknüpft. Bis ins 17. Jahrhundert sprach man vom sogar vom „Tabaktrinken“, erst später setzte sich „Rauchen“ als Bezeichnung für den Tabakkonsum durch. Obwohl das Genussmittel keine so starke Bewusstseinsveränderung wie Alkohol hervorrief, wurde auch das Tabakrauchen als moralisches Laster kritisiert. Darum führten viele Länder – darunter auch einige Orte der alten Eidgenossenschaft – Tabakverbote ein. Trotz hoher Strafen konnte der Tabakkonsum aber nicht mehr zurückgedrängt werden. Darum setzten immer mehr Städte und Länder auf Zölle und Steuern, um den Konsum zu regulieren oder zumindest finanziell davon zu profitieren.⁴⁵⁵

Im Zuge der voranschreitenden Medikalisierung beschrieben Mediziner den Tabakkonsum im 19. Jahrhundert zunehmend als gesundheitliches Problem. 1828 isolierte der deutsche Arzt Wilhelm Heinrich Posselt (1806–1877) zusammen mit dem Chemiker Karl Ludwig Reimann (1804–1872) das Nikotin in der Tabakpflanze. Warnungen vor der starken Toxizität des Alkaloids prägten in der Folge den gesundheitlichen Diskurs um das Rauchen.⁴⁵⁶ So leitete beispielsweise Gustav von Bunge 1912 seine populärwissenschaftliche Schrift *Die Tabak-Vergiftung* mit drastischen Worten ein:

Die trockenen Tabakblätter enthalten 1 bis 8 % Nicotin, eine farblose Flüssigkeit, die bei 247 C. siedet. Das Nicotin ist ein furchtbares Gift. Ein Tropfen tötet ein Kaninchen. 5 Tropfen tödten einen Hund in wenigen Minuten. 4 Milligramm, d.h. ungefähr der vierte Theil eines Tropfens, in den Magen eines Menschen gebracht, bewirken

454 Vgl. Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki, Heilmittel, Genussmittel, Suchtmittel. Veränderungen in Konsum und Bewertung von Tabak in der Schweiz, in: Schweizerische Zeitschrift für Geschichte, 43/3 (1993), S. 378–384.

455 Hengartner, Tabak, S. 175 ff.

456 Vgl. Gerulf Hirt et al., Als die Zigarette giftig wurde. Ein Risiko-Produkt im Widerstreit, Kromsdorf/Weimar 2017, S. 27 f.

Schwindel, Betäubung, Erbrechen, Krämpfe am ganzen Körper, Herabsetzung der Gesichts- und Geruchsempfindung, Ohnmacht, Zittern des ganzen Körpers, Störungen der Athembewegungen, Schlaflosigkeit u.s.w.⁴⁵⁷

Analog zur „Alkohol-, Blei-, Quecksilber-, Morphinvergiftung“ führe das Tabakrauchen zu „chronischen“ Schädigungen des menschlichen Körpers. Vor allem das Herz werde durch Nikotin stark angegriffen. Das Gewebe der Arterienwände zerfalle oder verkalke, wodurch das Herz nicht mehr zuverlässig arbeiten könne. Das habe diverse Symptome wie Schlaganfälle, Lähmungen, Wassersucht, Entzündungen und Nervenstörungen zur Folge. Weil das Nikotin, ähnlich wie der Alkohol, die menschlichen Keimzellen angreife, wirke es sich zudem auf die Zeugungsfähigkeit und die Gesundheit der Nachkommen aus. Darum machte Gustav von Bunge auch das Tabakrauchen für die vermeintliche „Degeneration“ der Bevölkerung verantwortlich und forderte drastische Regulierungsmassnahmen zur Eindämmung des Problems: „Wem also das Wohl der kommenden Generationen und die Erhaltung der edelsten Menschenrassen nicht gleichgültig“ sei, müsse den Tabakkonsum bekämpfen und eine vollständige Abstinenz durchsetzen.⁴⁵⁸ Das sei besonders dringend, weil die Raucher nicht nur sich selbst, sondern auch ihren „Mitmenschen die Luft verpesten.“ In öffentlichen Räumen werde „auch des Nichtrauchers Gesundheit geschädigt“ und in „engen Familienwohnungen armer Leute“ müsse „selbst der Säugling die giftige Luft beständig einatmen“.⁴⁵⁹ Gustav von Bunge nahm mit dieser Kritik bereits im frühen 20. Jahrhundert die Problematisierung des sogenannten Passivrauchens vorweg.

Im Unterschied zum Kampf gegen den Alkohol gab es in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert keine grosse Bewegung, die sich gegen das Tabakrauchen einsetzte. In Genf bildete sich zwar 1898 die *Societe suisse contre l'usage du tabac*; die kleine Gruppierung konnte aber nur wenig Aufmerksamkeit erregen.⁴⁶⁰ Zwar problematisierten auch Abstinenzvereine wie das *Blaue Kreuz* und

457 Gustav von Bunge, Die Tabak-Vergiftung, Basel 1917, S. 3.

458 Ebd., S. 13.

459 Vgl. Von Bunge, Die Tabak-Vergiftung, S. 11.

460 Vgl. Jules Denis, Le tabac. Son histoire, sa production et sa consommation, son rôle au point de vue économique, son influence sur la santé physique, intellectuelle et morale de l'enfant et de l'adulte. Moyens de combattre le tabagisme. Action des particuliers et action de l'État, Genf/Paris 1902. Die kleine Splittergruppe gründete sich nach dem Vorbild der englischen und amerikanischen Anti-Tabak-Bewegung, die sich bereits in den 1850er und 1860er Jahren formiert hatte und im englischsprachigen Raum deutlich grössere Resonanz als in Kontinentaleuropa auslöste.

die *Guttempler* das Tabakrauchen, weil es das Bedürfnis nach Alkohol anrege, ihr Fokus lag jedoch eindeutig auf der Alkoholprävention.⁴⁶¹ Vor 1950 kam deshalb die schärfste Kritik am Rauchen fast ausschliesslich von naturheilkundlichen und vegetarischen Akteuren. Schon J. H. Rausse warnte in seinem 1839 veröffentlichten Standardwerk *Wasser thut's freilich* vor dem Rauchen: Eigentlich empfinde der Mensch von Natur aus Ekel vor dem „schädlichen Tabakraut“. Weil er sich aber von klein an ans Rauchen gewöhne, komme er nicht mehr davon los. Der Tabakrauch verursache „einen medicinischen Reiz“, der eine „abnorme Absonderung des Speichels“ hervorrufe und dadurch den „Magensaft“ verunreinige. Schnupftabak schädige hingegen die Schleimhaut der Nase. Bei starken „Schnupfern“ habe man sogar schon „Tabakstaub im Gehirn gefunden“.⁴⁶²

Seit der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts adaptierten Naturheiler und Vegetarier wiederum medizinische Forschungsergebnisse, Fachbegriffe und wissenschaftlich gekennzeichnete Argumente, um ihre Kritik am Tabakrauchen zu legitimieren. So warnte Wilhelm Dock bereits in seinem 1874 veröffentlichten Vortrag *Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise* vor der toxischen Wirkung des Nikotins: „Auch der Tabak wirkt deprimierend auf unser Nervensystem, er erzeugt die progressive Paralyse (zunehmende Lähmung), [...] dann Erblindung, Halsentzündungen und Magenkatarrh.“⁴⁶³ Ähnlich äusserte sich auch Eduard Baltzer, der in seinem vegetarischen Hauptwerk ebenfalls vor einer chronischen „Nikotinvergiftung“ warnte.⁴⁶⁴

Im 20. Jahrhundert betonte auch der *Schweizerische Verein zur Hebung der Volksgesundheit* immer wieder die schädliche Wirkung des Tabakrauchens. Schon in der ersten Ausgabe der *Volksgesundheit* äusserte der Naturheiler Friedrich von Segesser die Annahme, dass es einen Zusammenhang zwischen Krebserkrankungen und Tabakrauchen gäbe. Es stehe fest, dass „Lippen- und Zungenkrebs fast nur bei Rauchern“ vorkomme und „daß auch ein großer Teil der an Kehlkopf-, Speiseröhre- [sic!] und Magenkrebs erkrankenden Personen starke Raucher“ seien.⁴⁶⁵ Die Naturheilerin Gisela Lucci-Purtscher

Siehe dazu: Jordan Goodman, *Tobacco in History. The Cultures of Dependence*, London 1993, S. 88–127.

461 Vgl. Hengartner/Merki, *Heilmittel, Genussmittel, Suchtmittel*, S. 395.

462 Rausse, *Wasser thut's freilich*, S. 257 f.

463 Dock, *Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise*, S. 4.

464 Baltzer, *Die natürliche Lebensweise*, S. 54.

465 Friedrich von Segesser, *Wissenswertes über Verhütung und Behandlung der Krebserkrankheit*, in: *Volksgesundheit*, 1/12 (1908), S. 10.

(1871–1959) stellte 1912 in einem Artikel einen Zusammenhang zwischen den „giftigen Gase[n]“ des „Fabriksqualm[s]“ und dem „bläulich, stinkende[n] Tabaks- und Zigarrenrauch“ fest. Während sich die Menschen gegen die Luftverschmutzung kaum wehren könnten, würden sie den Tabakrauch freiwillig einatmen. Zwar sei in der Schweiz die „Außenluft“ noch nicht so schlimm wie in Deutschland, in manch einem Restaurant sei sie jedoch „viel, viel schlechter [...] als jene der ärgsten Industriehöllen.“⁴⁶⁶ Es liege in der Verantwortung jedes Einzelnen, diese Missstände zu beseitigen.

Die *Volksgesundheit* veröffentlichte auch populärwissenschaftliche Schriften und Vorträge der Abstinenzbewegung, um die Schädlichkeit des Tabakrauchens zu belegen. Beispielsweise druckte sie 1913 Gustav von Bunes Vortrag *Die Tabak-Vergiftung* ab.⁴⁶⁷ Wenig später erschien ein 20-Punkte-Programm zur „Reform unserer Rauchsitten“. Der deutsche Philosoph und Abstinenzaktivist Heinrich Molenaar (1870–1965) hatte die Schrift ursprünglich in den *Bayreuther Blättern* veröffentlicht. Darin kritisierte er die „rücksichtslosen Rauchsitten“ einer kleinen Minderheit und forderte tiefgreifende Regulierungsmassnahmen zum Schutz der Nichtraucher und Nichtraucherinnen. Dazu müsse das Rauchen „in allen geschlossenen Räumen“ verboten werden, „wo das nichtrauchende Publikum, welches die weit überwiegende Mehrheit des Volkes darstellt, zu verkehren gezwungen“ sei. Ebenso müsse das Rauchen am Arbeitsplatz verboten werden: „Im Dienst wird nicht geraucht – muß Grundsatz für den General wie für den Untergebenen, für den Fabrikanten wie für den Arbeiter werden.“ Zum Schutz der Jugend dürfe Tabak nicht mehr an Personen unter 18 Jahren verkauft werden. Zudem sei der „gemischte Verkauf von Tabak aller Art mit Lebensmitteln [...] zu verbieten.“ Jedes öffentliche Gasthaus müsse Nichtrauchern „ein anständiges (im Winter geheiztes) Lokal“ anbieten, „das von Rauchern nicht betreten werden darf und in das kein Rauch eindringen kann.“ Auch die Eisenbahnen sollten „eine genügende Anzahl von Nichtraucherwagen“ zur Verfügung stellen. Das „Rauchverbot [sei] streng durchzuführen“ und die „Uebertretung mit Geldstrafen zu ahnden.“ Wie Gustav von Bunge begründete auch Molenaar seine Forderung nach Tabakabstinenz und Nichtraucherschutz mit der „rasseschädigende[n] Wirkung des Nikotingenusses“. Weil das Rauchen „Unfruchtbarkeit, Frühgeburten, Stillunfähigkeit,

466 Gisela Lucci-Purtscher, Die Staub- und Rauchplage, in: *Volksgesundheit*, 5/14 (1912), S. 9.

467 Gustav von Bunge, *Die Tabak-Vergiftung*, in: *Volksgesundheit*, 6/6 (1913), S. 85–88.

erhöhte Kindersterblichkeit und allgemeine Volksentartung“ verursache, sei es ein „Verbrechen gegen die zukünftigen Geschlechter“.⁴⁶⁸

Trotz der warnenden Stimmen aus der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung stuften die meisten Ärzte das Tabakrauchen nicht als akute Bedrohung der Gesundheit ein. Noch 1918 hielt der Direktor der Berner Universitätsklinik Hermann Sahli (1856–1933) das Rauchen für gesundheitlich unbedenklich und die 1910 gegründete *Schweizerische Nationalliga zur Krebsbekämpfung* verzichtete auf Hinweise zum Tabakkonsum. Weil sich das Nikotin im Unterschied zum Alkohol kaum auf den Bewusstseinszustand und die körperliche Leistungsfähigkeit auswirkte, sah sich auch der Staat nicht veranlasst, regulierend einzugreifen. Selbst starke Raucher waren arbeitsfähig und deshalb keine direkte Belastung für die Wirtschaft und die Sozialsysteme. Die gesundheitlichen Langzeitfolgen des Rauchens waren zu dieser Zeit noch nicht bekannt. Erst nach 1945 bestätigten medizinische Untersuchungen den Zusammenhang zwischen Rauchen und Krebserkrankungen. Danach dauerte es noch bis in die 1970er Jahre, bis staatliche Präventionskampagnen lanciert und erste Schritte zur Regulierung des Tabakkonsums eingeleitet wurden.⁴⁶⁹

„Die Menschen verfaulen bei lebendigem Leibe“: Die Kritik am steigenden Zuckerkonsum

Wie Alkohol, Kaffee und Tabak erlebte auch Zucker im 19. Jahrhundert einen rasanten Aufstieg zum weitverbreiteten Massenprodukt. In der Schweiz nahm der jährliche Pro-Kopf-Verbrauch zwischen 1870 und 1914 von 6,7 auf 35 Kilogramm zu. In der Zwischenkriegszeit erfolgte eine weitere Verdoppelung.⁴⁷⁰ In der Neuzeit war das Süßungsmittel ein teures Luxusprodukt gewesen, das nur in kleinen Mengen aus dem asiatischen Raum nach Europa gelangte. Galt er lange Zeit vor allem als Heilmittel, kam er im 17. Jahrhundert in adeligen Kreisen als Zutat für Süßigkeiten wie Liköre, Schokolade und Marzipan in Mode. Aber erst mit der massenhaften Verarbeitung der Zuckerrübe seit Beginn des 19. Jahrhunderts etablierte er sich in Europa als alltägliches Nahrungsmittel und preiswertes Massenprodukt der expandierenden Nahrungsmittelindustrie.⁴⁷¹

468 O. A., Forderungen und Wünsche zur Reform unserer Rauchsitten, in: *Volksge-sundheit*, 7/2 (1914), S. 21 f.

469 Vgl. Hengartner/Merki, Heilmittel, Genussmittel, Suchtmittel, S. 391–417.

470 Werner Moser, Zucker. Geschichte und Bedeutung für die Schweiz, Bern 1987, S. 34 f.

471 Vgl. Christoph Maria Merki, Zucker, in: Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki (Hg.), *Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch*, Frankfurt a. M./

In der Schweiz trieb vor allem die wachsende Schokoladenindustrie die Zuckernachfrage an. Weil der heimische Zuckerrübenanbau die stark steigende Nachfrage nicht decken konnte, waren Unternehmen wie Suchard (1826), Sprüngli (1845), Maestrani (1852), Lindt (1879) und Tobler (1899) auf Zuckerimporte aus Frankreich, Deutschland und Österreich-Ungarn angewiesen.⁴⁷² Wegen sinkender Preise der Ausgangsprodukte und der zunehmend industrialisierten Herstellungsweise etablierte sich aber auch die Schokolade um 1900 als alltägliches Massenprodukt. Wurde die Süßigkeit anfänglich noch als Heißgetränk konsumiert, setzte sich später feste Essschokolade durch. Obwohl die Hauptbestandteile der Schokolade aus den Nachbarländern und dem kolonialen Raum importiert wurden, etablierte sie sich bald als typisch schweizerisches Produkt.⁴⁷³

Mit dem steigenden Zuckerkonsum mehrten sich im ausgehenden 19. Jahrhundert die Stimmen, die vor zunehmenden Zahnerkrankungen in der Bevölkerung warnten. Der US-amerikanische Bakteriologe und Zahnmediziner Willoughby Miller (1853–1907) wies bereits in den 1880er Jahren auf die Entstehungsweise der Karies hin: Bakterien würden im Mundraum Kohlenhydrate in Säuren umwandeln und dadurch den Zahnschmelz zerstören.⁴⁷⁴ Um 1900 entwickelte sich die drohende „Zahnfäule“ zu einem neuen Projektionsfeld eugenischer Degenerationsängste. Vor dem „entsetzlichen Zustand der Zähne“ warnte beispielsweise auch Gustav von Bunge in gewohnt drastischer Weise: „Die Menschen verfaulen bei lebendigem Leibe.“⁴⁷⁵ Die aufkommende Zahnmedizin nutze die bedrohlichen Warnungen, um ihre Professionalisierungsbestrebungen voranzutreiben. So bildete sich 1886 der *Verein Schweizer Zahnärzte* als medizinischer Berufsverband. Zwei Jahre später folgte die rechtliche Gleichstellung der Zahnmedizin mit anderen Medizinalbereichen.⁴⁷⁶

New York 1999, S. 231–239; siehe dazu auch: Sidney Wilfred Mintz, *Die süße Macht. Kulturgeschichte des Zuckers*, Frankfurt/New York 1987.

472 Die Schweiz importierte noch bis weit ins 20. Jahrhundert grosse Mengen Zucker, um die Nachfrage zu stillen. Siehe dazu: Moser, *Zucker*, S. 76–87.

473 Siehe zur Geschichte der Schweizer Schokolade: Roman Rossfeld, *Schweizer Schokolade. Industrielle Produktion und kulturelle Konstruktion eines nationalen Symbols 1860–1920*, Baden 2007.

474 Vgl. Uwe Spiekermann, *Künstliche Kost. Ernährung in Deutschland, 1840 bis heute*, Göttingen 2018, S. 561 f.

475 Von Bunge, *Die Quellen der Degeneration*, S. 3 f.

476 Bernhard Schär, *Karies, Kulturpessimismus und KVG. Zur Geschichte der Zahnmedizin in der Schweiz*, in: *Traverse*, 15/2 (2008), S. 100 f.

Nach 1900 geriet die Zahngesundheit der Schulkinder in den Fokus der neuen Spezialisten. Um den voranschreitenden Kariesbefall zu stoppen, forderten sie Aufklärungs- und Präventionsmassnahmen in den Schulen. Dazu wurden Schulzahnärzte eingesetzt, die regelmässig Vorsorgeuntersuchungen durchführten und die Kinder über korrekte Zahnpflege aufklärten.⁴⁷⁷

Im 19. Jahrhundert äusserten naturheilkundliche und vegetarische Akteure lediglich eine diffuse Kritik am Zucker als Reizmittel. Beispielsweise warnte Eduard Baltzer in seinem vegetarischen Standardwerk davor, dass Zucker die „Zungennerven“ abstumpfen lasse und den Magen „in abnormer Weise“ reize.⁴⁷⁸ Theodor Hahn wies auf die gleichen Symptome hin, ging aber auch schon auf mögliche Zahnschäden ein, wobei er die schädigende Wirkung auf die „krystallisierte[...] Form“ des Zuckers zurückführte.⁴⁷⁹ Nach 1900 adaptierte die Naturheil- und Vegetarierbewegung die zahnärztliche Sorge vor der sich ausbreitenden Karies. Beispielsweise veröffentlichte der *Schweizerische Verein zur Hebung der Volksgesundheit* in seinem Publikationsorgan einen Text des deutschen Zahnarztes Alfred Kunert. Dieser machte den billigen Zucker der Rübenzuckerfabrikation für die voranschreitende „Konstitutionsverschlechterung“ der Bevölkerung verantwortlich. Der günstige Preis habe einen „grenzenlosen Konsum“ ermöglicht, der ins „Unmäßige und Unvernünftige angewachsen“ sei. Durch ihre „verführerische[n] Lobeshymnen über den Nährwert des Zuckers“ würden die „Zuckerindustriellen“ den Verbrauch noch weiter anheizen. Der Zucker werde auch in der Presse als „Kraft gebendes Nahrungsmittel“ inszeniert, ohne jedoch auf die langfristigen Gesundheitsschädigungen hinzuweisen. Es sei kein Zufall, dass „in dem gleichen Zeitraum, in dem der Zuckerverbrauch so bedeutend stieg, die Zahnfäule nicht nur bei unserem Volke, sondern bei allen Kulturvölkern mit ähnlichem Zuckerverbrauch einen geradezu verheerenden Umfang angenommen“ habe. Der Zucker müsse deshalb für den „Rückgang in der Volkskraft“ mitverantwortlich gemacht werden.⁴⁸⁰

477 Vgl. Hofmann, Gesundheitswissen in der Schule, S. 157–183.

478 Baltzer, Die natürliche Lebensweise, S. 91.

479 Hahn, Practisches Handbuch der naturgemässen Heilkunde, Zürich 1866, S. 214.

480 Alfred Kunert, Ist Zucker ein wertvolles Volksnahrungsmittel? In: Volksgesundheit, 9/6 (1916), S. 87 f. Im frühen 20. Jahrhundert dominierte die Warnung vor Karies die Gesundheitsdiskurse über den Zucker. Erst mit der zunehmenden Problematisierung von Übergewicht seit den 1960er Jahren wurde der Zucker auch als Ursache für Diabeteserkrankungen und Adipositas erkannt und thematisiert. Siehe zur Geschichte des Übergewichts: Uwe Spiekermann, Übergewicht und Körperdeutungen im 20. Jahrhundert. Eine geschichtswissenschaftliche Rückfrage,

Die Naturheil- und Vegetarierbewegung lehnte Zucker aber nicht grundsätzlich ab, sondern kritisierte vor allem den weissen, raffinierten Zucker aus Zuckerrüben. Wie die Vegetarierin Albine Neugeboren (1891–1979) 1923 in einem Artikel in der *Volksgesundheit* betonte, verliere er durch die industrielle Verarbeitung an wichtigen Inhaltsstoffen. Zucker solle deshalb nur „in seinem natürlichen Zustand [...] in Früchten und Gemüsen“ genossen werden. Dort trete er „nicht nur gänzlich unverfälscht und rein auf, sondern zugleich in Verbindung mit denjenigen Salzen und Säuren, die ihn für unsern Körper ausnützlich und wertvoll machen.“ Vor allem den Kindern solle man anstelle der „schädlichen Leckereien von Zucker und Schokolade“ nur Früchte, möglichst aus „einheimische[r]“ Produktion, geben und für Süßspeisen den „gelben, ungebleichten Zucker“ verwenden.⁴⁸¹ Diese differenzierte Haltung gegenüber dem Zuckerkonsum verweist darauf, dass naturheilkundliche und vegetarische Akteure nicht nur mit Verzichtsforderungen auf gesundheitsschädliche Nahrungsmittel reagierten, sondern auch alternative Produkte empfahlen oder andere Anbaumethoden und Verarbeitungsweisen anregten.

3.3 Reformhäuser, Vollkornbrote und Biogemüse: Die Reformwirtschaft zwischen Verzichtspostulaten und alternativen Konsumangeboten

Die Pluralisierung der Konsumgesellschaft: Produkte und Dienstleistungen für einen gesundheitsorientierten Lebensstil

Trotz der Kritik an der aufkommenden Nahrungsmittelindustrie und dem Verzicht auf Fleisch und diverse andere Nahrungs- und Genussmittel wie Alkohol, Kaffee, Tabak und Zucker stellten lebensreformerische Bewegungen weder die Industriegesellschaft noch die sich ausbreitende Konsum- und Dienstleistungsgesellschaft fundamental infrage. Ihre konsumkritische Haltung galt selten den Marktmechanismen an sich, sondern bestimmten Produkten und Herstellungsverfahren, die sie als unnatürlich und ungesund deklarierten. Vielmehr nutzen sie selbst die neuen Produktionstechniken, Vertriebswege und Werbemaßnahmen, um ihre eigenen Konsumangebote zu vermarkten. Sie verwendeten die neuartigen Verarbeitungs- und Konservierungstechniken,

in: Henning Schmidt-Semisch et al. (Hg.), *Kreuzzug gegen Fette. Sozialwissenschaftliche Aspekte des gesellschaftlichen Umgangs mit Übergewicht und Adipositas*, Wiesbaden 2008, S. 35–55.

481 Albine Neugeboren, *Etwas vom Zucker*, in: *Volksgesundheit*, 16/2 (1923), S. 22 f.

um Produkte wie Trockenobst, Fruchtsäfte oder Vollkornbrot herzustellen, beteiligten sich am raschen Aufstieg der Gastronomie- und Tourismusbranche mit eigenen Gaststätten und Ferienangeboten und nutzten Werbeanzeigen, um neue Kundschaft zu gewinnen. Indem sie ihre Produkte und Dienstleistungen mit Gesundheits- und Natürlichkeitsdiskursen verknüpften und mit individualisierten Lebensstilen assoziierten, trieben sie nicht nur die Emotionalisierung und Subjektivierung des Konsums an, sie beschleunigten mit ihren Nischenprodukten auch die Pluralisierung der Konsumgesellschaft.⁴⁸²

Die Naturheilbewegung regte mit ihren Behandlungsmethoden seit den 1840er Jahren die Entstehung zahlreicher Gesundheitsprodukte wie Frottiertücher, Klistierapparate, Badewannen, Reformkleider und Körperpflegeprodukte an.⁴⁸³ Mit dem Aufstieg der vegetarischen Bewegung kamen auch immer mehr Nahrungsmittel hinzu, die den Ansprüchen der gesundheitsorientierten Kundschaft genügen sollten. Wer auf Fleisch, Alkohol oder Tabak verzichtete, verlangte nicht selten nach alternativen Produkten, um an der sich ausbreitenden Konsumgesellschaft teilhaben zu können. Anstelle von Wein, Bier und Schnaps gab es alkoholfreie Getränke wie Fruchtsäfte, Limonaden und Mineralwässer zu kaufen, Kaffee wurde entkoffeiniert, um ihn gesundheitlich unbedenklich zu machen, und anstelle des industriell verarbeiteten Weissbrotes warben Naturheilärzte und Vegetarier für eigene, bekömmlichere Sorten. Auf die industrialisierte Landwirtschaft reagierten sie mit neuen Anbaumethoden, die Gemüse und Früchte ohne künstliche Pflanzenschutzmittel erzeugten. Spätestens in den 1930er Jahren deckten sogenannte Reformprodukte alle möglichen Bedürfnisse der Lebensreformer und Lebensreformerinnen ab.

Neue Treffpunkte und Konsumorte: Vegetarische Speisehäuser und Restaurants

Bereits im 19. Jahrhundert erkannten Vegetarier und Vegetarierinnen, dass die Forderung nach Fleisch-, Alkohol- und Tabakabstinenz nicht ausreichte, um das Verhalten der Menschen im Alltag nachhaltig zu verändern. Der propagierte Lebensstil liess sich in der Praxis oft gar nicht umsetzen. Nicht nur das Denken der Menschen musste verändert werden, sie benötigten auch konkrete Angebote, um die angestrebte Ernährungsreform zu realisieren. Darum

482 Siehe dazu u. a.: Spiekermann, *Künstliche Kost*, S. 211 ff.; Fritzen, *Gesünder leben*, S. 33.

483 Siehe zur Verbindung zwischen der Naturheilbewegung und der Reformwirtschaft: Reglin, *Selbsthilfe und Gesundheitspolitik*, S. 190–193.

forderte beispielsweise der deutsche Vegetarier Max Vogel schon 1882 im *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise* vegetarische Konsumorte:

Eines der durchgreifendsten Mittel zur Verallgemeinerung der natürlichen Lebensweise sind unzweifelhaft geeignete, der Oeffentlichkeit zugängliche Stellen, an denen entweder ausschliesslich vegetabilische Kost verabreicht wird, oder doch wenigstens auf Wunsch zu haben ist. Flugblätter, Zeitschriften und Vorträge wirken nur durch das Wort, die vegetarischen Speisehäuser sprechen durch die That.⁴⁸⁴

Vegetarische Speisehäuser sollten nicht nur ein Werbeinstrument für den Vegetarismus sein, sondern auch die tatsächlich wachsende Nachfrage nach vegetarischen Produkten und Dienstleistungen befriedigen.

Die Ausser-Haus-Verpflegung breitete sich im 19. Jahrhundert wegen der neuen Arbeitsbedingungen in der Industriegesellschaft immer weiter aus. Zwar gab es seit dem Mittelalter in allen grösseren Städten Gasthäuser für Reisende und mit dem aufkommenden Tourismus der bürgerlichen Gesellschaftsschichten etablierte sich seit dem 18. Jahrhundert auch die Hotelgastronomie, aber erst mit der zunehmenden Lohnarbeit mussten sich immer mehr Menschen ausser Haus verpflegen.⁴⁸⁵ Wer sich jedoch vegetarisch ernähren wollte, hatte im Verlauf des 19. Jahrhunderts zunehmend Schwierigkeiten, Angebote ohne Fleisch, tierische Produkte oder Alkohol zu finden. Max Vogel gab 1882 im zitierten Artikel zu bedenken, dass es vor allem in den nördlichen Ländern Europas „schwer, ja manchmal ganz unmöglich [sei], fleischlose Kost zu erlangen“. Weniger Probleme hätten die Vegetarier in „südlichen Ländern“ wie Italien und Spanien, weil dort immer noch „vorwiegend reine Pflanzennahrung“ konsumiert werde.⁴⁸⁶ Folglich stieg die Nachfrage nach explizit vegetarischen Speisehäusern vor allem in Gegenden, in denen sich der Fleischkonsum so stark ausgebreitet hatte, dass er die vorherrschende Pflanzenkost verdrängte. Das war ab den 1870er Jahren erst in wenigen, europäischen und amerikanischen Grosstädten der Fall.

484 Max Vogel, Ueber vegetarische Speisehäuser und die „Vegetarian Restaurants“ in England, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 15/146 (1882), S. 2324.

485 Vgl. Martin R. Schärer, Ernährung und Essgewohnheiten, in: Paul Hugger (Hg.), *Handbuch der schweizerischen Volkskultur*, Bd. 1, Zürich 1992, S. 280 f.; siehe dazu auch: Gert von Paczensky/Anna Dünnebier, *Kulturgeschichte des Essens und Trinkens*, München 1999, S. 125–140.

486 Vogel, Ueber vegetarische Speisehäuser und die „Vegetarian Restaurants“ in England, S. 2324.

Tatsächlich begann die vegetarische Bewegung in diesen Orten erste Verpflegungsangebote für Vegetarier und Vegetarierinnen aufzubauen. Anfänglich stellten die lokalen Vegetarier-Vereine rudimentäre Angebote für ihre Vereinsmitglieder zur Verfügung. Die *Vegetarian Society* eröffnete 1874 in ihrem Hauptquartier in der *Princess Street* in Manchester ein erstes Vereinslokal mit vegetarischen Speisen.⁴⁸⁷ Wie Eduard Baltzer berichtete, eröffnete im darauffolgenden Jahr auch in Leipzig eine ähnliche Einrichtung für die Mitglieder des *Deutschen Vereins für naturgemässe Lebensweise*.⁴⁸⁸ Ebenfalls nur einen vegetarischen Mittagstisch ohne Menüauswahl bot ab 1877 das Bäckerhepaar Ramharter in Wien an.⁴⁸⁹ Alle drei Einrichtungen waren eng an die lokalen Vereinsstrukturen angebunden und dienten vor allem als Treffpunkt der vegetarischen Bewegung wie auch als Veranstaltungsort für Sitzungen und Vorträge.

Diese einfachen Speisehäuser reichten aber bald nicht mehr aus, um die wachsenden Bedürfnisse der vegetarischen Kundschaft zu stillen. Seit den 1880er Jahren breitete sich mit dem Restaurant in Europa und Nordamerika eine neue Form der Gastronomie aus, die eine umfangreiche Auswahl an Speisen anbot und mit moderner Einrichtung ein neuartiges Konsumerlebnis kreierte. Gerade für die bürgerlichen Gesellschaftsschichten – aus denen sich auch die meisten Vegetarier und Vegetarierinnen rekrutierten – entwickelten sich diese Einrichtungen zu Orten der öffentlichen Repräsentation und Distinktion. Wie der Besuch im Theater oder der Oper sagte nun auch die Wahl des Restaurants etwas über die soziale Stellung und den Lebensstil der Menschen aus.⁴⁹⁰ Um mehr Menschen für den Vegetarismus zu begeistern, orientierte sich auch die vegetarische Bewegung an diesem neuen Gastronomieangebot.⁴⁹¹

487 Vgl. Charles Forward, *Fifty years of food reform. A history of the vegetarian movement in England*, London 1898, S. 101.

488 Vgl. Eduard Baltzer, In Leipzig, in: *Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer)*, 8/79 (1875), S. 1262.

489 Vgl. Birgit Pack, 140 Jahre vegetarische Gastronomie, in: *Vegetarisch in Wien um 1900*, https://veggie.hypotheses.org/212#_ftn1 (07.02.19).

490 Vgl. Christian Drummer, Das sich ausbreitende Restaurant in deutschen Großstädten als Ausdruck bürgerlichen Repräsentationsstrebens 1870–1930, in: Hans Jürgen Teuteberg et al. (Hg.), *Essen und kulturelle Identität europäische Perspektiven*, Berlin 1997, S. 303–321.

491 Vgl. Vogel, Ueber vegetarische Speisehäuser und die „Vegetarian Restaurants“ in England, S. 2325.

Die ersten Einrichtungen dieser Art bildeten sich in London. Um 1880 eröffneten dort ein Dutzend vegetarischer Restaurants wie das *Alpha Restaurant* (1879) in der *Oxford Street*, das *Garden* (1880) bei *London Wall* und das *Apple Tree* (1880) in der *St. Martins Lane*. Die neuartige, vegetarische Gastronomie zelebrierte den Genuss an fleischlosen Speisen, anstatt nur die Grundversorgung der Vegetarier und Vegetarierinnen sicherzustellen.⁴⁹² Diesem Konzept folgend, eröffnete der *Berliner Vegetarianer-Verein* 1881 in der Taubenstrasse 45 in Berlin ein erstes, vegetarisches Restaurant im deutschsprachigen Raum.⁴⁹³ Sogar die *Neue Zürcher Zeitung* berichtete von der „Vegetarianer-Kneipe in der Taubenstraße“, die ihren Gästen „Früchte, Gemüse, Mehl- und Eierspeisen“ anbiete. Das Lokal sei „verhältnißmäßig so gut besucht, dass die Anhängerschaft der Vegetarier“ grösser sein müsse als man annehme. „200 bis 300 Gäste“ würden „täglich den vegetarischen Mittagstisch besuchen“. Dabei sei es auffällig, „daß gerade auch unter der studierenden Jugend das Vegetarianerthum eifrige Anhänger und Apostel“ zähle.⁴⁹⁴

Eine „vortreffliche Küche“ ohne Fleisch: Vegetarische Restaurants und Pensionen in der Schweiz

In der Schweiz gab es ab den 1880er Jahren erste vegetarische Speisehäuser und Restaurants. Laut dem *Journal de Genève* eröffnete die *Société végétarienne* 1883 ein „restaurant végétarien“ in Genf.⁴⁹⁵ Im darauffolgenden Jahr gab die *Zürcherische Freitagszeitung* bekannt, dass der *Verein für allgemeine Gesundheitspflege* in der Schützengasse 6 in Zürich eine „vegetarische[...] Speiseanstalt“ für „Suppen, Gemüse, Mehlspeisen u. dgl.“ eröffnet habe.⁴⁹⁶ Wie schon weiter oben erwähnt, eröffnete Friedrich Fellenberg 1893 ein kleines, vegetarisches Lokal in seiner Wohnung in der Häringstrasse 17 in Zürich. Dort gab es einen „vegetarischen Mittags- und Abendtisch“.⁴⁹⁷ Wegen des grossen Interesses verlegte er das Lokal im darauffolgenden Jahr an den Neumarkt 7 und nannte es fortan *Vegetarisches Speisehaus* (später *Pomona*). Es diente dem *Zürcher Vegetarier-Verein*

492 Vgl. Forward, *Fifty years of food reform*, S. 103.

493 Vgl. o. A., Notizen, in: Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer), 15/142 (1882), S. 2270.

494 *Neue Zürcher Zeitung*, 14. September 1882.

495 *Journal de Genève*, 16. November 1883.

496 *Zürcherische Freitagszeitung*, 11. Januar 1884.

497 O. A., Zürich, in: *Vegetarische Rundschau*, Monatsschrift für naturgemässe Lebensweise, 26/1 (1893), S. 51.

und später auch dem *Naturheilverein Zürich* und der *Vegetarischen Gesellschaft Zürich* als Vereinslokal.⁴⁹⁸ In der *Vegetarischen Rundschau* lobte ein Leser die „schmackhaft zubereiteten Speisen, die den gesundheitlichen Anforderungen nach jeder Hinsicht genügen“. Ebenso erfreut betonte er, dass in der Lokalität „nicht geraucht werden darf und kein Alkohol verabreicht“ werde und eine „reiche Auswahl von Schriften belehrenden Inhalts über Vegetarismus, Naturheilkunde und Verwandtes“ zur Verfügung stehe.⁴⁹⁹

Ein erstes vegetarisches Restaurant nach englischem Vorbild eröffnete 1898 in der Zürcher Sihlstraße 26/28. Das *Vegetarierheim* wurde von einigen deutschen Vegetariern gegründet, die sich zuvor in der *Vegetaria AG* zusammengeschlossen hatten. 1899 warben sie in der *Chronik der Stadt Zürich* für die Dienstleistungen des neuen Lokals:

Es ist eine Aktiengesellschaft, welche die vegetarische und dazu alkoholfreie Speisewirtschaft betreibt. Jedermann kann sich aus dem reichen Menu aussuchen, was ihm paßt, und ohne Fleisch und Alkohol leben wie ein Fürst. Die Preise sind niedrig gehalten, die Bedienung ist wie in einem Hotel so fein.⁵⁰⁰

An dieser Anzeige lässt sich deutlich erkennen, wie stark sich die Vegetarier und Vegetarierinnen an den bürgerlichen Standards der etablierten Gastwirtschaft orientierten. Auch ohne Fleisch und Alkohol sollte der Genuss nicht zu kurz kommen. In einer wenig später publizierten Anzeige wurde ebenfalls die „vortreffliche Küche“ hervorgehoben und die reichhaltige Speisekarte abgedruckt. So konnten die Gäste aus „je 2 Suppen, 2 Hülsenfrüchte-Gerichte[n], 3–4 Salate[n], 8–9 Gemüse[n], 4–6 Mehlspeisen, 6–8 Kompote[n] [sic!], sowie diverse[n] Obstsorten als Dessert“ auswählen.⁵⁰¹

Nachdem die Besitzer in finanzielle Schwierigkeiten geraten waren, übernahm 1903 der bayrische Schneider und Stammgast Ambrosius Hiltl (1877–1969) die Leitung des Restaurants. Der neue Besitzer versuchte sogleich das „Sektierergerüchlein, das dem Vegetarismus vor dem Weltkrieg anhaftete“, abzuschütteln. Dazu stattete er das Restaurant mit eleganten Möbeln und modernsten Küchengeräten aus. Um das bürgerliche Erscheinungsbild zu betonen, trug Hiltl „wohlgeschnittene Kleider“ und engagierte sich im

498 Vgl. Niederhauser, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren?“, S. 20.

499 Leonhard Kehl, Speisehaus in Zürich, in: *Vegetarische Rundschau*, 27/7 (1894), S. 214.

500 *Chronik der Stadt Zürich*, 1. April 1899.

501 *Chronik der Stadt Zürich*, 6. Januar 1900.

Sängerverein *Harmonie*.⁵⁰² Mit diesem Ansatz versuchte er das *Vegetarierheim* von den „Propheten [...] mit wallenden Bärten, den umwickelten Waden und den offenen Sandalen“ abzugrenzen, die bisweilen auf dem Weg zum Monte Verità in Zürich Halt machten.⁵⁰³ Die Strategie war durchaus erfolgreich, sodass sich das Restaurant nicht nur zu einem beliebten Treffpunkt für Vegetarier und Vegetarierinnen entwickelte, sondern, wie der Naturheilarzt Alfred Keller-Hoerschelmann schreibt, auch von vielen „Fleischessern“ besucht wurde. Die Schweiz dürfe stolz sein, „in Zürich ein vegetarisches Musterrestaurant zu besitzen.“ In Deutschland gäbe es kein Lokal, das mit dem *Vegetarierheim* vergleichbar sei. Es werde täglich von 400 bis 500 Gästen besucht. Die grosse Auswahl an Speisen umfasse 60 bis 80 Produkte, darunter „spezielle Rohkost- und Rohgemüse-Platten.“⁵⁰⁴ Weil sich das *Vegetarierheim* immer wieder an die Bedürfnisse der vegetarischen Kundschaft anpasste und sich zugleich dem nichtvegetarischen Publikum öffnete, konnte es auch nach 1945 unter dem Namen *Vegi* und zuletzt als *Hiltl* über Jahrzehnte hinweg fortbestehen.

Neben den Gaststätten und Restaurants in den grossen Städten begann sich in der Schweiz bereits seit den 1870er Jahren eine vegetarische Hotelgastronomie auszubreiten. Neben Naturheilanstalten wie Theodor Hahns *Auf der Waid*, die vegetarische Diäten als Behandlungsmethoden anboten, gab es in zahlreichen Pensionen ein vegetarisches Angebot für Reisende und Touristen. Die Zeitschrift *Naturarzt* machte beispielsweise schon 1870 auf ein „freundliches Asyl für Vegetarianer am Zugersee“ aufmerksam: Das „Bedürfnis zu reisen, andere Länder und Gegenden zu sehen“ nehme immer stärker zu. Gerade die „schöne Schweiz“ erfreue sich „alljährlich eines starken Besuches von Reisenden“. Wegen der „herrliche[n] Fernsicht“ auf die Berge und Seen habe sich vor allem die Rigi zu einem „Mekka der Touristen“ entwickelt. Der „reine Naturgenuss“ werde aber für „Vegetarianer“ durch die „mannigfaltigsten Schwierigkeiten“ geschmälert:

Hier fehlt das Obst, dort unser Grahambrod; der stolze Hotelbesitzer und seine noch stolzeren Kellner rümpfen die Nase, wenn wir Brod, Milch und Obst dem Fleische und den Spirituosen vorziehen und staunen uns an wie ein Meerwunder, wenn wir

502 Fritz Heberlein, Unser Jubilar, in: Heinz Hiltl (Hg.), Festschrift Ambrosius Hiltl. Zum 90. Geburtstag von Ambrosius Hiltl und zum 70. Geschäftsjubiläum des Vegi, Zürich 1967, S. 17.

503 Ebd., S. 15.

504 Adolf Keller-Hoerschelmann, Vegetarische Restaurationen, in: Volksgesundheit, 20/21 (1927), S. 332 f.

seine Weinflaschen zurückweisen und – Wasser trinken. [...] Wir wissen uns eben doch gleichsam nur geduldete Gäste.

Zum Glück, so hiess es im *Naturheilarzt*, gäbe es jetzt in der Nähe der Stadt Zug eine „Oase“ für „Vegetarianer“. Der Besitzer der Pension habe es sich zur Aufgabe gemacht, „seine Gäste durch möglichst billige, solide Bedienung in jeder Beziehung zu befriedigen.“⁵⁰⁵

Die *Vegetarische Warte* bezeichnete 1905 die Schweiz als „Hauptreiseziel aller Naturfreunde und so auch vieler Vegetarier“. Fast in jeder Schweizer Stadt gebe es schon ein vegetarisches Restaurant, wo sich die Reisenden versorgen könnten.⁵⁰⁶ Einige Vegetarier beschwerten sich jedoch über die „unverschämten Preise[...]“, die man in der Schweiz bezahlen müsse.⁵⁰⁷ In der Zwischenkriegszeit nahm die Anzahl vegetarischer Angebote weiter zu. Neben dem *Vegetarierheim* erlangten vor allem das *Thalysia* in der Zürcher Holbeinstrasse 25, das *Ceres* am Rümelinsplatz 19 in Basel und der *Ryfflihof* beim Bahnhof Bern grössere Bekanntheit. Der *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier* listete 1932 knapp 120 Einrichtungen mit vegetarischer Küche auf. Allein in Zürich zählte die Broschüre neun vegetarische Restaurants und diverse Pensionen.⁵⁰⁸ Im Vergleich dazu listete das 1927 veröffentlichte *Verzeichnis der Vegetarischen Speisehäuser* im viel grösseren Berlin lediglich 18 vegetarische Speisehäuser und Restaurants auf.⁵⁰⁹ Gleichzeitig breitete sich in den Tourismusorten im Kanton Tessin und Graubünden vor allem die vegetarische Hotelgastronomie weiter aus. In Ascona, Locarno und Lugano gab es Anfang der 1930er Jahre über 30 Übernachtungsmöglichkeiten für Vegetarier und Vegetarierinnen wie das *Hotel Monte Verità*, die *Villa Eugenia*, die *Pension Vesta* oder das *Haus Neugeboren*.⁵¹⁰

505 O. A., Ein freundliches Asyl für Vegetarianer am Zugersee, in: *Der Naturarzt*, 10/2 (1870), S. 35 ff.

506 Georg Schupp, Auf, in die Schweiz! in: *Vegetarische Warte*, 38/15 (1905), S. 417.

507 Klara Ebert, Entgegnung, in: *Vegetarische Warte*, 38/16 (1905), S. 450.

508 Vgl. Paul Häusle, *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier*, Zürich 1932, S. 25 ff.

509 Vgl. o. A., *Verzeichnis der vegetarischen Speisehäuser, Erholungsheime, Sanatorien und Reformhäuser*, Hamburg 1927, S. 7–12.

510 Vgl. Häusle, *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier*, S. 25 ff.

Nüchterne Geselligkeit: Alkoholfreie Speisehäuser, Kaffeehallen und Tearooms

Parallel zur Entstehung vegetarischer Verpflegungsangebote breitete sich in der Schweiz auch eine alkoholabstinente Gastronomie aus. Die treibende Kraft hinter diesen alternativen Konsumangeboten war die religiöse und wissenschaftliche Abstinenzbewegung, die damit nicht nur ein Netzwerk aus Vereinslokalen aufbaute, sondern auch das Angebot für alkoholabstinente Dienstleistungen erweiterte. Anstatt auf restriktive Gesetzgebungen zu warten, die den Alkoholkonsum einschränken oder sogar verbieten, wurde direkt eine Infrastruktur für alkoholfreie Geselligkeit aufgebaut. Mit dem Aufstieg der Abstinenzbewegung in den 1880er schossen sogenannte Kaffeehallen aus dem Boden. Das *Blaue Kreuz* kam beispielsweise ab 1881 in der Basler *Kaffeehalle zu Schmieden* zusammen. Neben der Funktion als Vereinslokal richteten die Kaffeehallen ihre Angebote vor allem an die Arbeiterschichten, die in den Gasträumen nicht nur günstige Getränke erhielten, sondern auch Zeitungen lasen und mit Karten spielten. Bis 1900 erhöhte sich die Anzahl alkoholfreier Gaststätten in der Schweiz auf über 500, sank jedoch in der Folgezeit wieder.⁵¹¹

Neben den einfachen Vereinslokalen etablierten sich ähnlich wie in der vegetarischen Bewegung ab den 1890er Jahren zunehmend Restaurants, die mit modernen Einrichtungen und grosser Menüauswahl eine bürgerliche Kundschaft anlockten. Dazu zählten beispielsweise die Einrichtungen des *Frauenvereins für Mässigung und Volkswohl* (ab 1910 *Zürcher Frauenverein für alkoholfreie Wirtschaften*). Bereits 1894 eröffneten sie das abstinentes Restaurant *Karl der Grosse*, 1901 folgte ein abstinentes Kurhaus mit Ausflugsrestaurant auf dem Zürichberg. 1934 waren allein in Zürich 18 alkoholfreie Gaststätten im Besitz des Frauenvereins. Die treibende Kraft hinter dem Verein war Susanna Orelli-Rinderknecht (1845–1939). Sie pflegte enge Kontakte zu Auguste Forel und anderen Vordenkern der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung.⁵¹² Die Zürcherin setzte sich auch für die sogenannten Gemeindestuben ein, die nicht nur alkoholfreie Getränke im Angebot hatten, sondern auch als Treffpunkt für

511 Vgl. Nadine Franci, Mit Kaffee gegen Alkohol. Die Gründung von Kaffeehallen in der Schweiz um 1900, in: Roman Rossfeld (Hg.), *Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart*, Baden 2002, S. 256–276.

512 Vgl. Monique R. Siegel, *Weibliches Unternehmertum. Zürcherinnen schreiben Wirtschaftsgeschichte*. Zürich 1994, S. 99–152. Hier zeigt sich auch die enge Verbindung zwischen Abstinenz- und Frauenbewegung.

kulturelle Anlässe, Vorträge und Kurse genutzt wurden. Diesem Konzept folgend, setzte sich die Journalistin Else Züblin-Spiller (1881–1948) während des Ersten Weltkrieges für sogenannte Soldatenstuben ein, die den Männern der Grenzwachtkompanien Aufenthaltsräume mit alkoholfreier Restauration zur Verfügung stellte.⁵¹³ In der Zwischenkriegszeit vermischten sich die vegetarischen Angebote der vegetarischen Bewegung mit den alkoholfreien Einrichtungen der Abstinenzbewegung. Viele Abstinenzlokale boten beispielsweise auch vegetarische Speisen an. Der oben erwähnte *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier* führte deshalb auch zahlreiche Einrichtungen der Abstinenzbewegung in seinem Verzeichnis auf.⁵¹⁴

„Stützpunkte“ einer gesunden Lebensweise: Die Reformhäuser

Die Mitglieder der Naturheil- und Vegetarierbewegung verlangten um 1900 nicht nur vegetarische und abstinente Dienstleistungen ausser Haus, sondern auch sogenannte Reformprodukte für den Hausgebrauch. Diese Nachfrage nach spezialisierten, vegetarischen Konsumgütern fiel mit der Ausbreitung des Einzel- bzw. Detailhandels im ausgehenden 19. Jahrhundert zusammen. In dieser Zeit benötigten die wachsenden Städte ein neues Distributionssystem, um die schnell zunehmende Anzahl Menschen mit Nahrungsmitteln zu versorgen. Einerseits bildeten sich in den einzelnen Stadtvierteln neue Wochenmärkte und zentral gelegene, überdachte Markthallen, andererseits verkauften auch immer mehr Händler ihre Waren direkt in den Wohngebieten. Sie reagierten damit auf das zunehmende Bedürfnis der erwerbstätigen Bevölkerung, kleinere Einkäufe über die Woche verteilt zu tätigen. Wegen der neuen Kühl-, Konservierungs- und Transporttechnologien konnten diese Lebensmittelgeschäfte unabhängig von der Jahreszeit eine immer grössere Auswahl an frischen und industriell hergestellten oder aus fernen Ländern importierten Produkten anbieten.⁵¹⁵ Auch Geschäfte für Kleider, Möbel, Spielzeug und andere Gebrauchsgüter sowie Spezialgeschäfte für Luxus- und sogenannte Kolonialwaren etablierten sich im ausgehenden 19. Jahrhundert. Das Symbol der sich ausbreitenden Konsumgesellschaft war zweifellos das Waren- oder Kaufhaus.

513 Vgl. Tanner, *Fabrikmahlzeit*, S. 273–278.

514 Vgl. Häusle, *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier*, S. 25 ff.

515 Vgl. Hans-Jürgen Teuteberg, *Zum Problemfeld Urbanisierung und Ernährung im 19. Jahrhundert*, in: Ders. (Hg.), *Durchbruch zum modernen Massenkonsum. Lebensmittelmärkte und Lebensmittelqualität im Städtewachstum des Industriezeitalters*, Münster 1987, S. 18–21.

Die neuartigen „Konsumtempel“ verkauften eine breite Auswahl an Produkten zu festen Preisen und lockten die Kundschaft mit auffälligen Schaufenstern in die Läden. Kaufhäuser wie das *Harrods* (1834) in London oder das *Bon Marché* (1838) in Paris gehörten zu den Vorläufern dieser neuartigen Konsumorte.⁵¹⁶ In der Schweiz etablierte sich um 1900 vor allem die Zürcher Bahnhofstrasse mit Geschäften wie dem 1881 gegründeten Spielwarenladen *Franz Carl Weber* und dem 1899 eröffneten Kaufhaus *Jelmoli* als Flaniermeile der konsumfreudigen Mittel- und Oberschichten.⁵¹⁷

In dieser Zeit der aufkommenden Konsumgesellschaft betätigten sich auch naturheilkundliche und vegetarische Akteure als Marktteilnehmer. Neben anderen Spezialgeschäften wie Confiserien, Spirituosenhandlungen und Kolonialwarenläden verkauften sogenannte Reformhäuser seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert gesundheitsfördernde und natürlich produzierte Waren. Als erstes Reformhaus im deutschsprachigen Raum gilt die 1887 in Berlin eröffnete *Gesundheits-Zentrale*. Der Kaufmann Karl Braun (1858–1943) verkaufte dort vor allem naturheilkundliche Produkte wie „Kochgeschirre, Wickel und Wolldecken, Thermometer, Badeapparate, Rumpf-Badewannen, Schwitzapparate, gesundheitliche Bekleidung, Sandalen, Reformbetten“. Bis 1912 expandierte der Unternehmer mit zehn weiteren Geschäften in Berlin und Brandenburg.⁵¹⁸ Das 1900 eröffnete *Reformhaus Jungbrunnen* in Wuppertal verwendete erstmals die Bezeichnung „Reformhaus“. In dieser Zeit wurden dann auch diverse Nahrungsmittel wie Trockenfrüchte, Nüsse, Mehl, Vollkornbrote und Obstsaft ins Sortiment aufgenommen. Bis zum Ersten Weltkrieg gab es in Deutschland knapp 80 Reformgeschäfte. In der Zwischenkriegszeit stieg die Zahl auf über 200 an und erreichte Ende der 1930er Jahre sogar die Marke von knapp 2'000.⁵¹⁹

In der Schweiz gab es erst nach 1900 erste Vertriebskanäle für Reformprodukte. Unter anderem warb die Reformhaus-Pionierin Amalia Egli erstmals 1901 in der *Zürcherischen Freitagszeitung* für „Kaffee, Thee, Olivenöl und Gesundheitsbiscuits“. Diese Produkte vertrieb sie aber noch nicht in einem Laden, sondern verschickte sie aus ihrer Wohnung im ersten Stock

516 Siehe zur Geschichte des Warenhauses: Haupt, Konsum und Handel. Europa im 19. und 20. Jahrhundert, Göttingen 2003, S. 65–89.

517 Vgl. Heidi Witzig, Einkaufen in der Stadt Zürich um die Jahrhundertwende, in: Jakob Tanner et al. (Hg.), Geschichte der Konsumgesellschaft. Märkte, Kultur und Identität (15. - 20. Jahrhundert), Zürich 1998, S. 138 f.

518 Fritzen, Gesünder leben, S. 44.

519 Vgl. Fritzen, Gesünder leben, S. 43–49; siehe dazu auch: Merta, Schlank!, S. 101–105.

der Kirchgasse 4 in Zürich.⁵²⁰ Typisch für die ersten Reformhäuser betrieb Egli einen Versandhandel. Erst 1911 eröffnete sie im Zürcher Münsterhof das *Reformhaus Egli* mit einem breiten Angebot an Reformprodukten. In der Folgezeit etablierte sich dieses Reformhaus als eine der bekanntesten Marken der Schweizer Reformwirtschaft. Davon zeugen unzählige Werbeanzeigen in fast allen Schweizer Lebensreformzeitschriften.⁵²¹

Der *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier* listete 1932 bereits über 50 Reformhäuser in der Schweiz auf, darunter bis heute bestehende Unternehmen wie das *Reformhaus Müller* in Zürich oder das *Reformhaus Ruprecht* in Bern.⁵²² Die Reformhäuser entwickelten sich schnell zu wichtigen Treffpunkten für Naturheilanhänger, Vegetarierinnen, Abstinente und andere Lebensreformer. Dort konnten sie nicht nur Produkte des alltäglichen Bedarfs kaufen, um ihren gesundheitsorientierten Lebensstil praktisch auszuleben, sondern sich auch über die Aktivitäten der Naturheil- und Vegetarierbewegung informieren, neuste Publikationen und Zeitschriften konsultieren und sich untereinander vernetzen. Max Bircher-Benner bezeichnete die Reformhäuser deshalb schon 1928 in seiner *Wendepunkt*-Zeitschrift als „Stützpunkte[...] und Kraftzentren“ einer neuen, gesunden und natürlichen Lebensweise.⁵²³

Um die „Interessen“ der „Reformhaus-Inhaber“ zu schützen und „zur Ausdehnung der Reform-Bewegung“ beizutragen, gründeten die Reformhausbetreiber und -betreiberinnen 1932 den *Bund Schweizer Reformhäuser*. Die Mitglieder verpflichteten sich das „Reform-Warenprogramm“ einzuhalten und „auf jeden Fall alkoholhaltige, Fisch- und Fleischwaren-enthaltende Nahrungsmittel nicht zu handeln“.⁵²⁴ Der *Bund Schweizer Reformhäuser* sollte aber „keine neue Form einer Reformbewegung sein, sondern lediglich die Förderung der Reformbewegung bezwecken“.⁵²⁵ Dazu gaben sie ab

520 Zürcherische Freitagszeitung, 17. Mai 1901.

521 In lebensreformerischen Zeitschriften und Büchern gab es ab ca. 1911 erste Anzeigen für das *Reformhaus Egli* am Münsterhof. Siehe dazu beispielsweise: *Volksgesundheit*, 5/7 (1912); siehe zu Amalie Egli auch: Blum, Monte Verità am Säntis.

522 Vgl. Häusle, *Schweizer Führer für Reforme und Vegetarier*, S. 24.

523 Max Bircher-Benner, *Reformhäuser und Reformbewegung*, in: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*, 5/6 (1928), S. 291.

524 Statuten des Bundes Schweizer Reformhäuser, 1932 in: Schweizerisches Wirtschaftsarchiv (SWA), *Bund Schweizer Reformhäuser, Dokumentensammlung (1932–1940)*, Bv Ba 372.

525 O. A., *Der Bund von Reformhäusern in der Schweiz*, in: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*, 9/4 (1932), S. 223.

1932 die *Reformhaus-Nachrichten* heraus. Zwischenzeitlich nannte sich die Zeitschrift *Reform-Nachrichten-Blatt* und *Schweizer Reformnachrichten*. Zwischen 1937 und 1945 trug sie den Namen *Neuzeitlich leben!* Die Zeitschrift versuchte die ideellen Ziele der vegetarischen Bewegung mit den ökonomischen Interessen der Reformhäuser zu verknüpfen. Die Konsumenten und Konsumentinnen konnten sich nicht nur über die neusten, verfügbaren Angebote der Reformhäuser informieren, sondern auch etwas über den gesundheitlichen Nutzen, die besondere Verarbeitungsweise oder die fachgerechte Zubereitung der beworbenen Reformprodukte erfahren. Mit diesen Informationen und Handlungsanleitungen versuchten die Reformhäuser ihre Produkte als besonders „gesund“ und „natürlich“ zu markieren und sie auf diese Weise mit einem Mehrwert auszustatten, der einen höheren Verkaufspreis rechtfertigte. Um die Glaubwürdigkeit ihrer Produktbeschreibungen zu bestärken, belegten sie ihre Aussagen mit zahlreichen Verweisen auf bekannte Ernährungsreformer wie Max Bircher-Benner, Mikkel Hindhede und Ragnar Berg.

Gesund durch
Nervenkraft
Lesen Sie „Die Aurelius-Kur“ von
Dr. med. H. Hennes, unentgeltlich vom
Institut für Atem- u. Nervenpflege • Baden-Baden



Statt Bohnenkaffee

Trinken Sie den allbewährten **AVOBA**, Ersatz aus
gesunden Getreide, Früchten und Wurzeln. Wird
gleich zubereitet und schmeckt wie Bohnenkaffee.
Das 500 Gr. Packet nur Fr. 1.60.

Sie erhalten gratis

AVOBA-NACHRICHTEN, die interessante Monatschrift **AVOBA-Rezeptliste** und Muster von
Getreidekaffee, Bananen-Kakao, Pflanzenwürze,
Pole-Öl, Mundwasser. Schreiben Sie an
AVOBA-PRODUKTE, ZÜRICH 3

Biologische Landwirtschaft

Ebmatingen FRAU M. HOFSTETTER • TELEFON 43

- **LEHRSTÄTTE** für neuzeitliche, viellose Landwirtschaft und Gemüsezeit. – Frühlingskurse.
- **LIEFERUNG** von Gemüse und Feldfrüchten der Jahreszeiten zu Tagespreisen. Versand (Post und Bahn) für die ganze Schweiz.
- **AUFNAHME VON GÄSTEN ZUR ERHOLUNG** (nach Wunsch mit reiner Rohkost-Diät.) Sonnenbad – Seebäder
- **VERMIETUNG VON EIGENHEIM**, möbliert mit elektrischer Küche.

Ins Bad

gehen wir alle, am See oder zu Haus, haden heiss oder kalt und erfreuen uns der mannigfaltigen Wirkung auf unser Befinden.

Die Summe aller Wirkungen aber erfahren wir erst im Herbazidbad

ein geschütztes Verfahren unseres alterfahnen Vorkämpfers und Inhabers des ehemaligen Sanatoriums Erlenbach bei Zürich.

Wenn irgend etwas nicht stimmt, stockt im Körper, besonders aber bei Gicht, Rheumatismus, Gelenk- und Nerven-Entzündung

auch bei Übermüdung, Erkältung, dann schnell ins HERBAZID! Dauer einer Vollbehandlung zirka 2 Stunden (Fr. 10.-) Geöffnet von 9-12 und 2-6 Uhr, weibliche Bedienung für Damen! Prospekt verlangen!

Fellenbergs Herbazid-Bad, Zürich

Selnaustrasse 3, (bei der Post Selnau) Haltestelle der Tramlinien 8 und 21

Zum Bircher Müesli

dieser seit vielen Jahren bewährten Diät-
speise gehört die gezuckerte, kondensierte
Berne Alpenmilch. Kästlich vermischt sie sich
mit dem Saft der Früchte und der Säure
der Zitronen. Sie bindet das Ganze zu einem
denkzartigen, feinen, nährkräftigen Gericht.
Aber echte Berne Alpenmilch muss es sein,
mit der « Bärenmarke ».



Berne Alpen-Milchgesellschaft, Steinen-Emmenthal.

Berne Alpenmilch

Abbildung 4: Um die Konsumenten und Konsumentinnen auf die Reformprodukte und Dienstleistungen aufmerksam zu machen, wurde in fast allen lebensreformerisch orientierten Publikationen Werbeanzeigen veröffentlicht.

Eine der treibenden Kräfte hinter dieser Strategie war der Reformhausbesitzer Rudolf Müller (1899–1986).⁵²⁶ In einem einführenden Artikel über „neuzeitliche Ernährung“ erklärte er, warum die vegetarische Ernährung nicht nur gesünder für den Einzelnen, sondern auch besser für die Volkswirtschaft sei. Er stellte den hohen Kaffeeconsum infrage, kritisierte das Weissbrot als gesundheitsschädlich und warnte davor, Gemüse zu lange zu kochen. Die „Aufklärung des Volksganzen“ über die richtige Ernährungsweise sei von grösster Bedeutung. Davon hänge der „Aufstieg oder Untergang eines Volkes“ ab. Neben den „hochverdienten Wissenschaftlern“ hätten sich auch die Reformhäuser in dieser Sache verdient gemacht, indem sie „das praktische Wissen um die neue Ernährung oft unter großen finanziellen Opfern“ verbreitet hätten. Indes sei die Annahme falsch, dass die „neuzeitliche Ernährung“ teurer als die übliche sei. Vielfach mangle es lediglich an der „Kenntnis der richtigen Zubereitung und Verwendung“ der Reformprodukte.⁵²⁷

Um das Wissen über die korrekte Nutzung der Reformprodukte zu vermitteln, veröffentlichte Müller in jeder Ausgabe der *Reformhaus-Nachrichten* „schriftliche[...] Kurse[...] über neuzeitliche Ernährung“.⁵²⁸ Beispielsweise verglich er im Artikel „Etwas über Obst“ den Vitamin- und Nährsalzgehalt verschiedener Früchte, die in den Reformhäusern erhältlich waren. Der Apfel enthalte besonders viel Phosphor, der „anregend auf Gehirn und Nerven“ wirke. Deshalb habe ihn Max Bircher-Benner „im Birchermüesli zum täglichen Gebrauch empfohlen.“ Die Birne lasse sich „nicht mit dem Apfel vergleichen“, obwohl sie viele „Kali-Salze[...]“ enthalte. Ein „Blutreinigungsmittel ersten Ranges“ sei hingegen die Traube. Ebenso wirke sich die Kirsche besonders gut auf die „Blutbeschaffenheit“ aus.⁵²⁹ In der Rubrik „Was erhält man alles im Reformhaus?“ listete die Zeitschrift fortlaufend „Nahrungsmittel und Spezialitäten“ auf und erklärte zugleich, „wie und warum man sie verwendet“. So wurde beispielsweise erklärt, dass man Schwarztee über Nacht in einem halben Liter Wasser ziehen lassen muss, damit er „nicht aufregend“ wirkt. Maté-Tee rege

526 Es gibt bisher kaum historische Forschungsliteratur über Rudolf Müller. Siehe für einige biografische Hinweise: Rosmarie Fröhlicher-Beglinger, Rudolf Müller. Der geniale Schweizer Reformhaus-Pionier, Küssnacht am Rigi 2004; Eva Locher hat Müllers Scharnierfunktion zwischen Lebensreform- und Alternativbewegung nach 1950 beschrieben: Locher, Natürlich, nackt, gesund, S. 253–256.

527 Rudolf Müller, Warum neuzeitliche Ernährung? In: Reformhaus-Nachrichten, 1/4 (1932), S. 2 f.

528 Ebd., S. 3.

529 Rudolf Müller, Etwas über Obst, in: Reformhaus-Nachrichten, 2/59 (1933), S. 3.

zwar an „aber nicht auf“. Zudem enthalte er „ein bemerkenswertes Quantum Nährsalze“, darunter auch Magnesium, an dem „der heutige Kulturmensch bekanntlich besonders arm“ sei. Vor allem „Sportsleute“ würden Maté besonders schätzen, weil er „auf anstrengenden Touren“ besonders viel „Ausdauer und Energie“ verleihe.⁵³⁰

Um die gekauften Nahrungsmittel korrekt zu verwenden, enthielt die Zeitschrift immer auch Rezeptvorschläge für verschiedenste Gerichte wie „Rohkost-Suppe“, „Grünkern-Braten“, „Reform-Kartoffeln“, „Soja-Koteletts“, „Johannisbeer-Punsch“, „Pflanzen-Hachée“ oder „Mayonnaise ohne Ei“.⁵³¹ Die Historikerin Reinhild Kreis verortet diese „Anleitungen zum Selbermachen“ an der Schnittstelle zwischen Produktion, Konsum, Arbeit und Freizeit und verweist damit auf eine in der wissenschaftlichen Forschung bisher wenig beachtete Dimension der Konsumgesellschaft.⁵³² Obwohl die Reformhäuser im Verlauf des 20. Jahrhunderts immer mehr Produkte für einen gesundheitsorientierten Lebensstil zur Verfügung stellten, verzichteten Lebensreformerinnen und Lebensreformer auf zahlreiche industriell hergestellte und verarbeitete Nahrungsmittel. Um ihren eigenen Ansprüchen nach einer gesunden Ernährung gerecht zu werden, mussten sie deshalb viele Speisen selbst zubereiten.⁵³³

Um diese Praktiken des Selbermachens anzuleiten, vermittelte Müller sein Wissen nicht nur in den *Reformhaus-Nachrichten*, sondern bot auch Koch- und Ernährungskurse in seinem Zürcher Reformhaus an. Im November und Dezember 1932 gab es beispielsweise Veranstaltungen zu den Themen „Ein vorbildlicher Rohkosttag“, „Gesundheitskost für die kalte Jahreszeit“, „Salzlos und doch schmackhaft kochen“ und „Reform-Weihnachtsgebäck“.⁵³⁴ Dabei lösten sich bisweilen die Grenzen zwischen öffentlicher Gesundheitsaufklärung, vegetarischer Bewegungsarbeit und kommerzieller Werbeveranstaltung auf. Beispielsweise gab es am 17. November 1932 eine „Gratis-Vorführung neuer Flocken-Speisen“. Das „fachmännische[...] Personal“ gab „jede gewünschte

530 O. A., Was erhält man alles im Reformhaus? In: *Reformhaus-Nachrichten*, 1/10 (1932), S. 7.

531 Rudolf Müller, Kurse für neuzeitliche Ernährung, in: *Reformhaus-Nachrichten*, 2/58 (1933), S. 4 ff.

532 Reinhild Kreis, *Selbermachen. Eine andere Geschichte des Konsumzeitalters*, Frankfurt a. M. 2020, S. 156.

533 Vgl. ebd. S. 157–164.

534 Rudolf Müller, Kurse für neuzeitliche Ernährung, in: *Reformhaus-Nachrichten*, 1/11 (1932), S. 8.

Auskunft über Rezepte und Zubereitung von Elite-Flocken“. Das „Schweizer-Produkt“ könne nicht nur roh gegessen werden, sondern eigne sich auch für „feine Suppen, Omeletten, Bratlinge, Aufläufe, Kekse“ und viele andere Gerichte. Die Gäste erhielten „Gratis-Kostproben“, um sich selbst von der Qualität der „Elite-Flocken“ überzeugen zu können.⁵³⁵

Das ganze Korn verarbeiten: Vollkornprodukte

In den 1930er Jahren verkauften Schweizer Reformhäuser ein breites Sortiment an Nahrungsmitteln. Eine wichtige Bedeutung nahmen dabei die sogenannten Vollkorn- bzw. Vollwertprodukte ein. Anstatt Getreide von Schalen und anderen Bestandteilen zu befreien, sollte das gesamte Korn genutzt werden, um die darin enthaltenen Nährstoffe zu verwerten. Im Reformhaus gab es alle möglichen Getreidesorten wie Weizen, Hafer, Reis, Gerste, Hirse oder Roggen als Vollkornvariante und Vollkornmehl.⁵³⁶ Zum Angebot gehörten auch stärker verarbeitete Produkte wie Vollkornnudeln, Vollkornbiskuits und Vollkornflocken. Das wichtigste Vollkornprodukt war jedoch das Vollkornbrot.⁵³⁷ Über kaum ein anderes Reformprodukt wurde über Jahrzehnte hinweg so ausgiebig und nachhaltig gestritten. Das *Reform-Nachrichten-Blatt* druckte beispielsweise 1934 einen Beitrag aus der illustrierten Zeitschrift *Familienwochenblatt* ab, der sich kritisch mit dem gesundheitlichen Nutzen des Vollkornbrotessens auseinandersetzte und scharf gegen „Ernährungsreformer-Fanatiker“ und „Vollkornbrot-Propagandisten“ austeilte. Weil das Vollkornbrot sehr schwer verdaulich sei, könne man sich davon „nicht satt, wohl aber krank essen“, behauptete der Artikelschreiber. Das Weissbrot sei hingegen ein „Kraftspender erster Güte und dazu das billigste Nahrungsmittel, weil es in größern [sic!] Mengen infolge der leichten Verdaulichkeit genossen werden“ könne. Franklin Bircher versuchte daraufhin, die Argumente zu entkräften, indem er nicht nur auf die Erfahrungsberichte seines Vaters hinwies, sondern auch die Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft wiedergab. Institute in Bern und Basel hätten die „Beweise erbracht [...], daß Vollkornbrot lebenswichtige Bestandteile enthält, die dem Weißbrot, Hausbrot, Zwieback und sogar Knäckebrot fehlen.“ Heute sei „wissenschaftlich einwandfrei nachgewiesen, daß Weißmehl wie ein

535 Rudolf Müller, Gratis-Vorführung neuer Flocken-Speisen, in: Reformhaus-Nachrichten, 1/11 (1932), S. 5.

536 Vgl. o. A., Was erhält man alles im Reformhaus, in: Reform-Nachrichten-Blatt, 5/79 (1936), S. 5.

537 Vgl. o. A., Vollkornbrot, in: Reform-Nachrichten-Blatt, 5/78 (1936), S. 6.

Gift akute Krankheiten“ verursache. Trotz diesem Wissen gehe die „Mißhandlung unserer Nahrungsmittel durch die Industrie“ weiter.⁵³⁸

Um Weissbrot herzustellen, werden Mehlsorten benötigt, die durch feines Mahlen und Sieben von der Kleie (Schale und Keimling des Korns) befreit werden. Diese Technik war zwar schon seit der Antike bekannt, aber erst durch industrielle Verarbeitungsmethoden konnte Weismehl massenhaft zu günstigen Preisen produziert werden. Weil durch den Herstellungsprozess ein beträchtlicher Teil des Korns verloren geht, war Weissbrot bis dahin sehr teuer. Das führte dazu, dass sich helles Brot als Distinktionsprodukt der wohlhabenden Bevölkerungsschichten etablierte. Seit dem Spätmittelalter verlangte auch das aufsteigende Bürgertum in den Städten zunehmend nach hellem Weizenbrot. Diese Nachfrage veranlasste einige Bäcker das teure Weissbrot zu fälschen, indem sie das Mehl mit Kreide, Gips oder Ton färbten oder sogar mit giftigen Stoffen wie Blei, Chlor und Alaun bleichten. Der weitaus grösste Teil der Bevölkerung ernährte sich aber weiterhin mit dem dunklen Roggen- und Dinkelbrot. Mit der industrialisierten Mehlproduktion seit dem 19. Jahrhundert konnten sich plötzlich immer mehr Menschen Weissbrot leisten.⁵³⁹

Naturheilärzte und Vegetarierinnen kritisierten diese Entwicklung als Gesundheitsbedrohung. Mit der Entfernung der Kleie würden dem Brot wichtige Nährstoffe entzogen, die dem Körper fehlen und infolgedessen Mangelkrankungen verursachten. Einerseits versuchten sie diesen Prozess zurückzudrehen, indem sie wieder weniger stark verarbeitete Mehlsorten mit mehr Kleie verwendeten, andererseits entwickelten sie neuartige Verarbeitungs- und Backtechniken, um „nährstoffreiches“ Brot herzustellen. Unter der Bezeichnung „Vollbrot“ oder „Vollkornbrot“ wurden diese Sorten seit dem 19. Jahrhundert mit lebensreformerischen Gesundheitsidealen und ganzheitlichen Naturvorstellungen imprägniert und für einen gesundheitsbewussten Konsumentenkreis zum Kauf angeboten. In der Folge kamen unterschiedlichste Reformbrote wie Bircher-, Felde-, Steinmetz-, Simons-, Schlüter-, Finkler- oder Klopferbrot auf den Markt.⁵⁴⁰

Eines der ersten, modernen Vollkornbrote war das Grahambrot des US-amerikanischen Vegetariers Sylvester Graham. Das geschrotete Vollkornweizenbrot

538 Franklin Bircher, Reform tut not! in: Reformhaus-Nachrichten, 3/58 (1934), S. 1 ff.

539 Vgl. Paczensky/Dünnebieber, Kulturgeschichte des Essens und Trinkens, S. 77–86.

540 Vgl. Uwe Spiekermann, Vollkorn für die Führer. Zur Geschichte der Vollkornbrot-politik im „Dritten Reich“, in: Zeitschrift für Sozialgeschichte des 20. und 21. Jahrhunderts, 16/1 (2001), S. 91–95; siehe zu den verschiedenen Reformbrotten: Merta, Schlang! S. 69–73.

kam wahrscheinlich in den 1860er Jahren über Theodor Hahns St. Galler Naturheilanstalt in die Schweiz. Seit den 1860er Jahren propagierte der Naturheilarzt das Grahambrot als Hauptbestandteil seiner vegetarischen Diätbehandlung. Wenig später war es bereits in verschiedenen Bäckereien im Angebot. Ein Berner Bäcker verkaufte es spätestens seit 1868 als „Arbeiterbrot“.⁵⁴¹ Spätestens um 1900 gab es bereits in allen grösseren Städten spezialisierte Bäckereien wie die *Grahambäckerei Zürrer*, die neben Grahambrot auch andere Reformbrote wie Steinmetz- und Kraftbrot verkauften.⁵⁴² Daran wird deutlich, dass nicht erst die Reformhäuser die Nachfrage nach Reformprodukten anregten, sondern diese erst nach 1900 an einem Verkaufsort bündelten. So lieferte beispielsweise die *Grahambäckerei Zürrer* ihr Reformbrot seit 1913 an das *Reformhaus Egli*.⁵⁴³

Ohne Kunstdünger, Pestizide und Gülle: Der biologische Landbau

Neben Vollkornprodukten gehörten Früchte, Gemüse und Nüsse zu den Hauptbestandteilen der vegetarischen Ernährungsweise. Die Reformhäuser hatten deshalb immer auch eine grosse Auswahl an Dörrobst und Gemüsekonserven auf Lager und lieferten frische Produkte nach Hause.⁵⁴⁴ Auch in diesem Produktsortiment gab es immer wieder Innovationen, die auf die Entwicklungen der Landwirtschaft und Nahrungsmittelindustrie reagierten. Beispielsweise rief das *Reformhaus Müller* seine Kunden 1934 dazu auf, „unbedingt einmal das biologische Gemüse“ zu versuchen, um den „hervorragenden Wohlgeschmack“ dieser Produkte zu erleben. Das Unternehmen lieferte unter anderem „Spinat, Kopfsalat, Kohlrabi, Radieschen, Rettich, Lauch, Gewürzkräuter“ und andere Gemüsesorten aus biologischem Anbau.⁵⁴⁵ Diese neue Produktbezeichnung begann sich seit den 1920er Jahren als Qualitätsmerkmal für Landwirtschaftserzeugnisse durchzusetzen, die ohne künstliche Dünge- und Pflanzenschutzmittel produziert wurden.⁵⁴⁶

541 Intelligenzblatt für die Stadt Bern, 15. Juli 1868.

542 Siehe u. a.: Zürcherische Freitagszeitung, 2. Oktober 1896; Zuger Nachrichten, 17. Oktober 1896; Chronik der Stadt Zürich, 9. Juni 1906.

543 Vgl. Chronik der Stadt Zürich, 5. April 1913.

544 Vgl. o. A., Was erhält man alles im Reformhaus? In: Schweizer Reformnachrichten, 1/1 (1936), S. 8.

545 O. A., Werbung für biologisches Gemüse, in: Reformhaus-Nachrichten, 3/57 (1934), S. 8.

546 Siehe zur Geschichte des Biolandbaus u. a.: Reinhard Farkas, Alternative Landwirtschaft/Biologischer Landbau, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 301–313; Philip

Wie der Historiker Gunter Vogt schreibt, verschlechterte sich im ausgehenden 19. Jahrhundert die Bodenqualität der landwirtschaftlichen Flächen in Industrieländern wie der Schweiz. Einige Experten wie der österreich-ungarische Mikrobiologe Raoul Heinrich Francé (1874–1943) machten die chemisch-technische Intensivierung der Landwirtschaft für diese Entwicklung verantwortlich. Die Verwendung künstlicher Düngemittel und die mechanische Bearbeitung des Bodens habe die Mikroorganismen in der Erde beeinträchtigt, wodurch sich die Bodenfruchtbarkeit reduziert habe. Um die Bodenbeschaffenheit wieder zu verbessern, sollte der Acker möglichst schonend bearbeitet und nur noch mit Stall- oder Gründüngung behandelt werden.⁵⁴⁷

Diese Transformation der Landwirtschaft wurde auch in der Schweizer Naturheil- und Vegetarierbewegung diskutiert. In der *Volksgesundheit* kritisierte schon 1909 ein vegetarischer Landwirt, dass sich die künstliche Düngung „dank der geradezu großartigen Reklame der chemischen Fabriken und ihrer Vertreter“ seit einigen Jahrzehnten immer schneller verbreitet habe. In „quantitativer Hinsicht“ erziele künstlicher Dünger tatsächlich, was er verspreche, in „qualitativer Beziehung“ sei er jedoch schädlich für die Pflanzen und damit auch für die Ernährung der Menschen:

Ihr lieben Vegetarier, die ihr immer glaubt, so sehr natürlich zu leben, aber oft nicht weißt, woher ihr bei aller naturgemäßen Lebensweise Bauchkrümmen und Krankheiten bekommt, forscht lieber erst genau nach, ob nicht euer Obst und Brot auch durch künstliche Düngung verseucht worden ist und manches Rätsel wird euch dann gelöst werden!⁵⁴⁸

Der künstliche Dünger sei für Mensch und Tier „ein direktes Gift“ und auch das Gemüse und Getreide, das künstlich gedüngt werde, sei ein „Giftquell zum chronischen Siechtum der Menschheit.“⁵⁴⁹ Die vergifteten Nahrungsmittel würden chronische Entzündungen des Verdauungsapparats verursachen und die Entstehung von Magenkrebs begünstigen.

Für Vegetarier und Vegetarierinnen war aber auch der Einsatz von tierischem Dünger problematisch. Lehnten sie doch die Viehzucht ab, ohne die es

Conford, *The Origins of the Organic Movement*, Edinburgh 2001; Matthew Reed, *Rebels for the Soil. The Rise of the Global Organic Food and Farming Movement*, London, Washington 2010.

547 Vgl. Gunter Vogt, *Entstehung und Entwicklung des ökologischen Landbaus im deutschsprachigen Raum*, Bad Dürkheim 2000, S. 31–59.

548 Arthur Conrad-Lychen, *Volksgesundheit und künstliche Düngung*, in: *Volksgesundheit*, 2/4 (1909), S. 1.

549 Ebd., S. 2.

aber auch keinen Stalldünger gab. Deshalb mussten sie nach anderen Wegen suchen, um qualitativ hochwertige Nahrungsmittel zu erzeugen. Einerseits versuchten sie die Pflanzen mit organischen Küchen- und Grünabfällen zu düngen. Andererseits experimentierten sie mit sogenannten Gesteinsmehlen aus fein gemahlenem Kalk, Silizium oder Kieselsäure, um genügend Mineralien in den Boden einzubringen.⁵⁵⁰ Der deutsche Landwirt Ewald Könemann (1899–1976) sammelte diese Ansätze ab 1925 in der Zeitschrift *Bebauet die Erde*. Darin tauschten sich Agrarwissenschaftler, Landwirtinnen und Vegetarier über „natürliche“ und „biologische“ Anbauweisen aus und vernetzten sich untereinander. In den 1930er Jahren fasste Könemann in seinem dreiteiligen Werk *Biologische Bodenkultur und Düngewirtschaft* die Grundlagen des biologischen Landbaus erstmals zusammen.⁵⁵¹

In der Schweiz trieb vor allem die Landwirtin Mina Hofstetter (1883–1967) die Ausbreitung des Biolandbaus voran. Auf ihrem Hof im zürcherischen Ebmatingen experimentierte sie seit den 1920er Jahren mit Könemanns Ideen und entwickelte eigene Anbaumethoden. Als überzeugte Vegetarierin lehnte sie nicht nur Mineraldünger ab, sondern kämpfte auch gegen die Viehhaltung.⁵⁵² So betonte sie in ihren Publikationen, dass die auf Milch- und Fleischproduktion ausgerichtete Schweizer Landwirtschaft in absehbarer Zeit auf den Getreide-, Früchte- und Gemüseanbau umgestellt werden müsse, um die Gesundheit der Bevölkerung zu verbessern und die landwirtschaftliche Produktion zu steigern.⁵⁵³ In der *Volksgesundheit* betonte sie 1933, dass nur der „Vegetarismus allein zur Gesundheit“ führen könne und es deshalb „widersinnig“ sei, „Tiere in Ställe zu sperren und zu Sklaven zu machen und die Menschen wieder zu Sklaven dieser Tiere.“⁵⁵⁴ Aus diesem Grund lehnte sie auch

550 Vgl. Vogt, Entstehung und Entwicklung des ökologischen Landbaus im deutschsprachigen Raum, S. 60–85.

551 Siehe zu Ewald Könemann: Treitel, *Eating Nature in Modern Germany*, S. 170–176.

552 Hofstetter bezeichnete das Buch *Lichtwärts* des Schweizer Lebensreformers Werner Zimmermanns als wichtigste Inspirationsquelle. Nach der Lektüre habe sie sich nur noch von Rohkost ernährt. Die Bio-Bäuerin veröffentlichte in der Folge zahlreiche Artikel in Zimmermanns Zeitschrift *Tao*. Nicht zuletzt übernahm sie auch Zimmermanns Engagement für die Freiwirtschaftsbewegung: Moser, Mina Hofstetter-Lehner (1883–1967), S. 78. Eine ausführliche Darstellung der lebensreformerischen Kreise um Zimmermann folgt in Kapitel 5.3.

553 Siehe dazu u. a.: Mina Hofstetter-Lehner, *Biologischer Landbau*, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1933.

554 Mina Hofstetter, Was ist „Biologischer Landbau“? In: *Volksgesundheit*, 26/13 (1933), S. 234.

die biologisch-dynamische Landwirtschaft ab, die Rudolf Steiner (1861–1925) ebenfalls in den 1920er Jahren anregte. Der Gründer der Anthroposophie setzte auf ähnliche Anbaumethoden wie der Biolandbau, befürwortete jedoch tierischen Dünger und Viehwirtschaft.⁵⁵⁵ Hofstetter distanzierte sich auch von den „geheimnisvollen Präparate[n]“, die Steiners Anhänger rituell in den Kompost mischten, um die Bodenqualität zu verbessern.⁵⁵⁶

Nach ersten Anlaufschwierigkeiten florierte der Zürcher Biohof in den 1930er und 1940er Jahren. Unter anderem lieferte Hofstetter ihr Gemüse in die Naturheilanstalt von Max Bircher-Benner. Zugleich popularisierte sie ihre Ansichten in Publikationen und zahlreichen Artikeln in Zeitschriften wie Könemanns *Bebauet die Erde*, Bircher-Benners *Wendepunkt* und der naturheilkundlichen *Volksgesundheit*. Dadurch erlangte sie zunehmend Bekanntheit in lebensreformerischen Kreisen und ihr Biohof entwickelte sich zu einem Treffpunkt der Naturheil- und Vegetarierbewegung. Dort organisierte sie seit den 1920er Jahren Vorträge und Ferienwochen zu verschiedensten Themen wie Ernährungsreform, Naturheilkunde und Siedlungsbestrebungen. Um ihre Gäste unterzubringen, eröffnete sie eine kleine Pension, die sie 1936 zu einem Tagungszentrum ausbaute. Seit den 1930er Jahren führte sie zudem praktische Kurse für biologischen Landbau durch, die unter anderem von Ewald Köemann und Bircher-Benner geleitet wurden.⁵⁵⁷ Trotz der intensiven Schulungs- und Öffentlichkeitsarbeit blieb der Biolandbau in der Schweiz aber noch bis in die 1970er Jahre eine Randerscheinung. Nach 1945 wurden die chemisch-technischen Anbaumethoden sogar massiv intensiviert. Biologisch produzierte Produkte waren deshalb noch lange Zeit ein Nischenprodukt der Reformhäuser.⁵⁵⁸

Fruchtsaft statt Schnaps: Alkoholfreie Getränke

Der Verzicht auf Alkohol gehörte zu den wichtigsten Anliegen der Naturheil- und Vegetarierbewegung. Jedoch gab es im 19. Jahrhundert kaum Alternativen

555 Siehe zur biologisch-dynamischen Landwirtschaft in der Anthroposophie: Vogt, Entstehung und Entwicklung des ökologischen Landbaus im deutschsprachigen Raum, S. 98–133.

556 Hofstetter, Was ist „Biologischer Landbau“? S. 234.

557 Vgl. Moser, Mina Hofstetter-Lehner (1883–1967), S. 91–95.

558 Eva Locher betont, dass lebensreformerische Akteure die Entwicklung des Biolandbaus auch nach 1945 massgeblich prägten: vgl. Locher, Natürlich, nackt, gesund, S. 230–242.

zu Bier, Wein und Schnaps. Erst um 1900 begann die industrielle Herstellung alkoholfreier Getränke. Einerseits wurden alkoholfreie Biere und Weine entwickelt, andererseits breiteten sich neue Getränke wie Mineralwässer, Fruchtsäfte und Limonaden aus. Das Sortiment der Schweizer Reformhäuser umfasste in den 1930er Jahren bereits eine grosse Auswahl dieser Getränke. Neben Fruchtsäften aus Trauben, Äpfeln, Ananas und Zitronen gab es Sirups aus Himbeeren, Orangen, Kirschen, Erdbeeren und Johannisbeeren sowie verschiedene Limonaden. Anstelle von Kaffee und Schwarztee verkauften die Reformhäuser Früchtetee und Getreidekaffee.⁵⁵⁹

Die ersten massenhaft verkauften, alkoholfreien Getränke waren Mineralwässer aus unterirdischen Quellen. Sie wurden bereits im frühen 19. Jahrhundert in Tonkrüge abgefüllt, mit Zucker und Zitrone angereichert und in den europäischen Grossstädten angeboten. Mithilfe neuer, industrialisierter Abfüllanlagen konnte die Produktion um 1900 massiv gesteigert und der Preis gesenkt werden. Zugleich kreierte die aufkommende Mineralwasserindustrie neue Produkte wie Schorlen, Brausen und Limonaden.⁵⁶⁰

Neue Verarbeitungs- und Konservierungstechniken ermöglichten im ausgehenden 19. Jahrhundert auch die Herstellung und Haltbarmachung von Fruchtsäften. Der französische Chemiker Louis Pasteur (1822–1895) entwickelte in den 1860er Jahre ein Verfahren zur Sterilisation flüssiger Lebensmittel. Um die darin enthaltenen Mikroorganismen, Krankheitserreger und Pilze abzutöten, erhitzte er die Produkte kurzzeitig. Der Schweizer Botaniker Hermann Müller-Thurgau (1850–1927) versuchte diese Methode 1871 auf Traubensäfte anzuwenden. In der *Deutschschweizerischen Versuchsstation für Obst-, Wein- und Gartenbau* (heute *Agroscope*) in Wädenswil führte er auch Versuche mit Äpfeln und Birnen durch. Bis dahin wurden diese Obstsorten fast ausschliesslich für die Alkoholherstellung genutzt. Nach erfolgreichen Testversuchen begann Müller-Thurgau in Zusammenarbeit mit Auguste Forel und Susanna Orelli eine kommerzielle Nutzung dieser Fruchtsäfte aufzubauen. Dazu beteiligte er

559 O. A., Was erhält man alles im Reformhaus? In: Schweizer Reformnachrichten, 1/1 (1936), S. 5 f.

560 Siehe zur Geschichte des Mineralwassers: Hans Jürgen Teuteberg, Vom „Gesundbrunnen“ in Kurbädern zur modernen Mineralwasserproduktion, in: Rolf Walter (Hg.), Geschichte des Konsums. Erträge der 20. Arbeitstagung der Gesellschaft für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte, 23.-26. April 2003 in Greifswald, Stuttgart 2004, S. 123–157. Gustav von Bunge kritisierte kohlenensäurehaltigen Limonaden schon 1893 in seinem Vortrag „Was sollen wir trinken?“ als gesundheitsschädlich, weil die Säure den Verdauungskanal angreife: Von Bunge, Was sollen wir trinken? S. 17 ff.

sich 1896 an der Gründung der *Gesellschaft zur Herstellung alkoholfreier Weine* (später *Alkoholfreie Weine AG*). Eine erste Produktionsstätte wurde im Zürcherischen Meilen in direkter Nachbarschaft der Mineralwasserfabrik *Rooschütz* aufgebaut. Im Frühling 1897 verkaufte die Fabrik bereits 170'000 Flaschen und begann die Säfte auch ins Ausland zu exportieren.⁵⁶¹

Mit der anlaufenden Massenproduktion begann sich die Abstinenzbewegung verstärkt für die Propagierung von Fruchtsäften als gesunde Alternative zu alkoholischen Getränken einzusetzen. Damit thematisierte sie die „Alkoholfrage“ zunehmend als Ernährungsproblem und Handlungsfeld der Landwirtschaft und Nahrungsmittelindustrie. Sie rief Landwirte dazu auf, überschüssige Obstbestände für die Most- und Fruchtsaftherstellung zu verwenden, anstatt daraus Schnaps zu brennen. Zugleich versuchten Mitglieder der Bewegung mehr Akzeptanz für alkoholfreie Getränke in der Bevölkerung zu schaffen. Dazu traten sie beispielsweise mit mobilen Apfelpressen in Schweizer Dörfern und Städten auf und stellten öffentlichkeitswirksam Süssmost her.⁵⁶² Einen wichtigen Anteil an der Verbreitung alkoholfreier Getränke in der Schweiz hatte auch Gottlieb Duttweiler (1888–1962) und seine 1925 gegründete *Migros*. Um in die Eigenproduktion von Süssmost einzusteigen, kaufte das Detailhandelsunternehmen 1928 die *Alkoholfreie Weine AG* und lancierte den sogenannten Süssmostfeldzug: Nebst einer auffälligen Werbekampagne verkaufte das Unternehmen seinen Süssmost zu deutlich niedrigeren Preisen als die Konkurrenz. Durch die schnelle Verbreitung und Verfügbarkeit etablierte sich das alkoholfreie Getränk in der Schweiz bereits in der Zwischenkriegszeit als alltägliches Massenprodukt.⁵⁶³

561 Vgl. Robert Fritzsche, Hermann Müller-Thurgau, in: Robert Fritzsche/Fritz Heberlin/Heinrich Schmid, Hermann Müller-Thurgau (1850–1927). Und weitere Pioniere der Qualitätsverbesserung des Weins und der unvergorenen Trauben- und Obst-säfte, Zürich 1974, S. 51–64.

562 Vgl. Trechsel, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, S. 160 f.; Auderset/Moser, Rausch & Ordnung, S. 110–115.

563 Vgl. Livia Knüsel, Gesunde Ernährung im Dienst der Volksgesundheit. Ein gemeinsames Anliegen von Willi von Gonzenbach und Gottlieb Duttweiler 1925–1955, in: Katja Girschik/Albrecht Ritschl/Thomas Welskopp (Hg.), Der Migros-Kosmos. Zur Geschichte eines aussergewöhnlichen Schweizer Unternehmens, Baden 2003, S. 186–202. Bis heute verbieten die Statuten den Verkauf von Alkohol und Tabak in Geschäften der Migros.

Sind industriell hergestellte Produkte auch „gesund“ und „natürlich“? Nussaufstrich, „Soya-Fleisch“ und Ovomaltine

Nicht nur alkoholfreie Getränke, auch andere Reformprodukte wurden industriell hergestellt. Trotz der ernährungsreformerischen Forderung nach möglichst naturbelassenen Nahrungsmitteln verkauften Reformhäuser auch stark verarbeitete Produkte. Darunter waren beispielsweise die Kochfette und Brotaufstriche der Firma *Nuxo*. Die Haselnuss-, Erdnuss- und Mandelprodukte des 1905 in Hamburg gegründeten Reformwarenunternehmens wurden als Ei-, Milch- und Buttersersatz genutzt. 1922 eröffnete der Unternehmer Johannes Kläsi (1889–1969) in Rapperswil eine Produktionsstätte in der Schweiz.⁵⁶⁴ Um seine Produkte trotz der industriellen Herstellungsweise als „natürlich“ und „gesund“ zu kennzeichnen, betonte der überzeugte Vegetarier, dass er die Zutaten besonders schonend verarbeite und durch die spezialisierten, technischen Verfahren sogar optimiere. So betonte er beispielsweise in einer Werbeanzeige im *Reform-Nachrichten-Blatt*, dass der Körper Nüsse nur verwerten könne, wenn sie „ganz fein zerrieben und gemahlen“ werden. Mit den Zähnen sei das nur „sehr mangelhaft“ durchzuführen. Die „natürliche Fabrikation“ könne hier „nutzbringend einspringen, indem sie die Nüsse viel feiner vermahlt, als das unsere Zähne je vermöchten.“ Die feine Nusspaste verwandle sich „schon im Mund zu einer Emulsion“ und könne dadurch „im ersten Darmabschnitt aufgenommen und verwertet“ werden.⁵⁶⁵ Entgegen der ernährungsreformerischen Ideale erscheint hier die industrielle Verarbeitung nicht als Denaturierung der Nahrungsmittel, sondern verleiht ihnen sogar einen gesundheitlichen Mehrwert.

Diese Umdeutung zeigte sich auch bei zahlreichen anderen Produkten. Beispielsweise verkauften die Reformhäuser schon in den 1930er Jahren Fleischimitate aus Soja und anderen Gemüsesorten. In den *Reformhaus-Nachrichten* gab es unter anderem Werbeanzeigen für „Soya-Fleisch“.⁵⁶⁶ Die *Volksgesundheit*

564 Der überzeugte Vegetarier erstritt sich 1926 sogar vor dem Schweizer Bundesgericht das Recht, seinen Brotaufstrich *Nussella* als Speisefett und nicht als Margarine vermarkten zu dürfen: vgl. Peter Müller, Kläsi, Johannes, in: Historisches Lexikon der Schweiz (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/030310/2008-09-02/> (05.04.2019).

565 Johannes Kläsi, Warum Nuxo-Produkte, in: *Reform-Nachrichten-Blatt* 5/77 (1936), S. 6; siehe zu *Nuxo* auch: O. A., 30 Jahre Nuxo-Werk Rapperswil, in: *Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen*, 23/12 (1952), S. 477 f.

566 O. A., Werbeanzeige, in: *Reformhaus-Nachrichten*, 1/7 (1933), S. 8.

stimmte 1934 sogar eine regelrechte Lobeshymne auf die Sojabohne an und lobte die Hülsenfrucht als idealen Fleischersatz. Seit bald 5'000 Jahren sei ein „wesentliche[r] Bestandteil der täglichen Nahrung der riesigen Völkermassen Ostasiens“. Dort biete sie „dem vorwiegend vegetarisch lebenden Asiaten diejenigen Nährstoffe, die wir uns hauptsächlich durch den Genuss von Fleisch, Milch, Käse, Eiern etc. zuführen“. Es gebe „wohl kein anderes Nahrungsmittel, das an Reichhaltigkeit annähernd an sie herankommen könnte.“ Sie enthalte „alle zu einer gesunden Ernährung notwendigen Stoffe in reichlicher Menge.“⁵⁶⁷

Während die Reformwarenhersteller industrielle Verarbeitungs- und Produktionsweisen adaptierten, stellten Unternehmen der Schweizer Nahrungsmittelindustrie Produkte für die gesundheitsaffine Kundschaft der Reformhäuser her. Vor allem sogenannte Nahrungsergänzungsmittel waren in der Naturheil- und Vegetarierbewegung sehr beliebt. Beispielsweise warb die 1901 gegründete *Schweizerische Kindermehlfabrik* mit ganzseitigen Anzeigen in naturheilkundlichen Zeitschriften wie der *Volksgesundheit* für „Biomalz“. Die Eltern sollten das eiweiss- und mineralstoffreiche Pulver der Frühstücksmilch beimischen, um ihre Kinder „körperlich und geistig frisch“ zu erhalten.⁵⁶⁸ Eine grosse Präsenz in naturheilkundlichen und vegetarischen Kreisen erreichte auch die 1865 gegründete *Wander AG* mit ihrer „Ovomaltine“. Über Jahrzehnte hinweg bewarb das Unternehmen ihren Malzextrakt als „ideales Frühstücksgetränk für Gesunde und Kranke [...], für Kinder in den Entwicklungsjahren, schwangere oder stillende Frauen, geistig und körperlich Erschöpfte, Nervöse, Magenleidende, Tuberkulöse, alternde Leute“.⁵⁶⁹ Verbreitet waren auch Werbeanzeigen für das Malzprodukt „Akrama“: Das „Naturmittel“ bedeute für die „große Armee der Nervösen [...] eine sehr schätzenswerte Zufuhr neuer Lebensenergie.“ In Verbindung mit dem „wertvollen Gehalt gesundheitsfördernder Alpenkräuter“ könne die Wirkung sogar noch gesteigert werden. Das Produkt sei eine „Höchstleistung der Gesundheits- und Nahrungsmittel-Industrie“.⁵⁷⁰

567 Lieberherr E., Die Soya für die Volksernährung und Volksgesundheit, in: *Volksgesundheit*, 27/16 (1934), S. 279 f.

568 Siehe u. a.: Werbeanzeige für Biomalz, in: *Volksgesundheit*, 7/1 (1914), S. 1.

569 Siehe u. a.: Werbeanzeige für Ovomaltine, in: *Volksgesundheit*, 1/1 (1908), S. 7; siehe zur Geschichte der Ovomaltine: Myriam Berger, „Vivat Helvetia, vivat Ovomaltine“. Vom Heilmittel zum Nationalgetränk. Ovomaltine-Werbung von 1904 bis 1940, Lizentiatsarbeit Universität Zürich 1998.

570 O. A., In der kalten Jahreszeit Akrama, in: *Reformhaus-Nachrichten*, 3/52 (1934), S. 5.

Natürliche Körperpflege und gesunde Kleidung: Naturkosmetik, Sonnenöl und Sandalen

Reformhäuser verkauften nicht nur Nahrungsmittel, sondern auch weitere Produkte für einen gesundheitsorientierten Lebensstil. Weil die äussere Körperpflege in der Naturheil- und Vegetarierbewegung eine fast so wichtige Bedeutung einnahm wie die Ernährung, gab es in den Reformhäusern zahlreiche Öle, Salben und natürlich hergestellte Kosmetika zu kaufen. Schliesslich galt eine straffe, gut durchblutete Haut als Spiegel eines gesunden, fitten Körpers.⁵⁷¹ Zugleich wurde das ausgeprägte Bedürfnis nach Hygiene und Sauberkeit durch ein umfangreiches Sortiment an Seifen, Haarölen, Shampoos, Mundwasser und Zahnpasten abgedeckt. Zu den bedeutendsten Schweizer Produzenten dieser „natürlich“ hergestellten Pflegeprodukte gehörte die 1920 in Dornach gegründete *Futurum AG* (ab 1924 *Weleda AG*). Das Unternehmen sollte anthroposophische Ideen verbreiten und mit seinen Produktverkäufen die Finanzierung der neureligiösen Bewegung sicherstellen.⁵⁷² In den Reformhäusern waren vor allem die *Everon*-Präparate erhältlich, die nach eigenen Angaben „garantiert keine chemisch-synthetischen Bestandteile, keine künstlichen Farb- oder Riechstoffe und andere ‚Verschönerungsmittel‘“ enthielten.⁵⁷³ Wie die Nahrungsmittel sollten auch die Körperpflegeprodukte aus möglichst wenig verarbeiteten Rohstoffen hergestellt werden, um trotz der industrialisierten Produktionsweise als „gesund“ und „natürlich“ zu gelten.

Mit dem wachsenden Bedürfnis nach sportlichen Aktivitäten im Freien und dem Erfolg der Licht-, Luft- und Sonnenbäder nahm in den Reformhäusern auch die Nachfrage nach Sonnenschutzmitteln zu.⁵⁷⁴ Der Naturheilarzt Adolf Keller-Hoerschelmann warnte schon 1908 in einem Artikel in der *Volksgesundheit* vor den „stark wirkenden ultra-violett und blauen Strahlen“ beim Sonnenbaden. Wer zu lange in der Sonne liege, riskiere „Hautröte, Sonnenbrand,

571 Vgl. Fritzen, *Gesünder leben*, S. 236 ff.

572 Siehe zur Geschichte von *Weleda*: Uwe Werner, *Das Unternehmen Weleda 1921–1945. Entstehung und Pionierzeit eines menschengemäßen und nachhaltig ökologischen Unternehmens*, Berlin 2014.

573 O. A., Warum bevorzugen gerade Reformkreise immer mehr die EVERON-Präparate? In: *Reformhaus-Nachrichten*, 1/10 (1932), S. 4.

574 Siehe zur Geschichte der Sonnenschutzmittel im 20. Jahrhundert: Simone Tavenrath, *So wundervoll sonnengebräunt. Kleine Kulturgeschichte des Sonnenbadens*, Marburg 2000, S. 77–105.

Blasen, Unruhe, Schlaflosigkeit.⁵⁷⁵ Auch die Naturheilärztin Gisela Lucci-Purtscher betonte, dass der Mensch zwar „ein Licht-Luftgeschöpf“ sei, „aber nicht dazu geschaffen, um stundenlang ungeschützt unter der Sonne zu sein.“⁵⁷⁶ In dieser Zeit kamen erste Sonnenschutzmittel auf den Markt, die vor allem eine pflegende Wirkung hatten, die Haut aber kaum vor der schädlichen UV-Strahlung schützen. Erst in den 1930er Jahren wurden neuartige Inhaltsstoffe entwickelt, die das Sonnenlicht filterten.⁵⁷⁷ In den Schweizer Reformhäusern waren in den 1930er Jahren noch vor allem pflegende Öle aus Lavendel, Lilien, Rosen und Fichten verfügbar, die keine chemischen Sonnenschutzmittel enthielten. Einen durchschlagenden Erfolg erlebte beispielsweise das Pflegeöl „Tschamba-Fii“. Laut einer Werbeanzeige in den *Schweizer Reformnachrichten* enthielt das „Sonnenbrandwasser“ „pflanzliche Extrakte [...], die eine Entzündung und Verbrennung der Haut durch die Sonne verhüten.“ Mit „Tschamba-Fii“ könne man „sich tatsächlich stundenlang der Sonne aussetzen ohne nachteilige Folgen.“⁵⁷⁸

Das Bedürfnis nach „natürlicher“ Körper- und Hautpflege materialisierte sich auch in der sogenannten Reformkleidung. Im deutschsprachigen Raum prägten vor allem Akteure aus der Naturheilbewegung die Kleiderreform. Schon Rausse und Rikli kritisierten dicke Stoffe, lange Röcke und zugeknöpfte Anzüge als ungesund und unhygienisch. Um eine bessere Hautatmung zu ermöglichen, sollten ihre Patienten und Patientinnen poröse, luftdurchlässige Kleidung tragen.⁵⁷⁹ Seit Mitte des 19. Jahrhunderts gab es auch immer mehr Stimmen aus medizinischen Kreisen, die sich gegen eng anliegende Kleider aussprachen, die den Körper deformieren. Vor allem das Korsett, das seit den 1830er Jahren die bürgerliche Frauenmode stark prägte, geriet zunehmend in die Kritik. Weil das zuschnürende Kleidungsstück die inneren Organe stark quetschte, klagten viele Frauen über Ohnmachtsanfälle, Übelkeit und Verdauungsbeschwerden. Frauenrechtlerinnen kritisierten diese bürgerliche Modeerscheinung auch als Instrument der Unterdrückung, weil es die Bewegungsfreiheit der Frauen einschränke. Damit konnten sie weder einen Beruf ausüben noch sich an den aufkommenden Reise-, Freizeit- und Sportaktivitäten

575 Adolf Keller-Hoerschelmann, Einiges aus dem Sonnenbad, in: *Volksgesundheit*, 1/14 (1908), S. 3 f.

576 Gisela Lucci-Purtscher, Licht-Luft- und Sonnenbäder, in: *Volksgesundheit*, 6/12 (1913), S. 187.

577 Vgl. Tavenrath, So wundervoll sonnengebräunt, S. 79 f.

578 Vgl. Werbung für Tschamba-Fii, in: *Schweizer Reformnachrichten*, 1/3 (1936), S. 6.

579 Vgl. Merta, Schlank! S. 248–251.

beteiligen. Um die Bewegungsfreiheit der Frauen zu vergrössern, entwickelten englische und amerikanische Frauenrechtlerinnen im ausgehenden 19. Jahrhundert sogenannte Reformkleider wie Pluderhosen und flexible Korsette.⁵⁸⁰

Mit der massenhaften Verbreitung sportlicher Aktivitäten wie Wandern, Radfahren und Turnen nahm das Bedürfnis nach atmungsaktiver Kleidung weiter zu. In den 1880er Jahren entwickelte der promovierte Arzt und Anhänger der Naturheilkunde Gustav Jaeger (1832–1917) die sogenannte Normalkleidung, die den Körper nicht nur gleichmässig wärmen, sondern auch Schweiß und Wasserdampf möglichst schnell aufsaugen sollte. Dazu nutzte er ausschliesslich tierische Fasern wie Wolle, Haare und Federn. Jaeger stieg mit seiner Normalkleidung bis zur Jahrhundertwende mit über 150 Fachgeschäften zu einem der grössten SportbekleidungsHersteller im deutschsprachigen Raum auf. Demgegenüber propagierte der Naturheilarzt Heinrich Lahmann neuartige Baumwollkleider, die deutlich luftdurchlässiger als Jaegers Wollkleidung sein sollten und dadurch weniger Hautreizung verursachen würden. Um 1900 entfaltete sich eine regelrechte Fehde zwischen den Anhängern der verschiedenen Bekleidungs-systeme.⁵⁸¹

Zum Sortiment der Schweizer Reformhäuser gehörten nicht nur Reformkleider, sondern auch Reformschuhe wie Sandalen und andere, luftdurchlässige Modelle für Wanderungen und Sport.⁵⁸² So betonte beispielsweise Rudolf Müller, dass die Füsse wichtige „Ausscheidungsorgane“ seien, die „Schlacken“ über den „Fußschweiß“ ausdünsten. Wer seine Füsse durch Strümpfe und hohe, enge Schuhe „abschnüre[...]“, blockiere diesen wichtigen Vorgang. Um die Ausscheidungsfunktion der Füsse wieder anzuregen, habe schon Kneipp das „Barfußgehen“ als „Heilmittel“ empfohlen. Damit der Fuss auch im Alltag „atmen und ausdünsten“ könne, solle man möglichst „Halbschuhe, noch besser Sandalen“ tragen.⁵⁸³

580 Vgl. Karen Ellwanger/Elisabeth Meyer-Renschhausen, Kleidungsreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 87–102.

581 Vgl. Merta, Schlank! S. 272–281; Monika Burri, Bodywear. Geschichte der Trikotkleidung, 1850–2000, Zürich 2012, S. 83–113.

582 Siehe zur Geschichte der Reformschuhe: Nike Breyer, Linientreu. Schuhkonzepte der Lebensreform und ihr Weg durch das 20. Jahrhundert, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Darmstadt 2001, S. 597–602.

583 Rudolf Müller, Neuzeitliche Körper- und Schönheitspflege, in: Reformhaus-Nachrichten, 2/12 (1933), S. 4.

Von der Nische in die Mitte der Gesellschaft: Die Reformwarenwirtschaft an der *Hygiene- und Sportausstellung*

Reformprodukte wie Vollkornbrote, Biogemüse, Fruchtsäfte, Naturkosmetik und Sandalen erweiterten im 20. Jahrhundert das Sortiment der aufkommenden Konsumgesellschaft. Einerseits bedienten sie die individualisierten Konsuminteressen der Mitglieder lebensreformerischer Bewegungen und Anhänger eines gesundheitsorientierten Lebensstils. Damit waren sie spezialisierte Nischenprodukte für einen eher kleinen, jedoch einflussreichen Teil der Bevölkerung. Andererseits stiessen zahlreiche Reformprodukte und Dienstleistungen bereits in der Zwischenkriegszeit in den Massenmarkt vor und etablierten sich dort spätestens im ausgehenden 20. Jahrhundert.⁵⁸⁴ Welche Präsenz sie bereits in den 1930er Jahren hatten, lässt sich am Beispiel der *Hygiene- und Sportausstellung (Hyspa)* illustrieren.

Seit Mitte der 1920er gab es in der Schweiz Pläne für eine grosse Ausstellung zum Thema Gesundheit, Hygiene und Sport. Als Vorbild dienten die grossen Hygieneausstellungen in Dresden (1911) und Düsseldorf (1926), die Millionen Besucher und Besucherinnen anzogen.⁵⁸⁵ Nach Verzögerungen konnte die Veranstaltung 1931 auf einem Gelände im Berner Bremgartenwald über die Bühne gehen. Sie versammelte zahlreiche gemeinnützige Organisationen, Wissenschaftler und Medizinerinnen, Sportvereine, Unternehmen der Tourismus-, Gesundheits- und Nahrungsmittelindustrie und staatliche Vertreter der Gesundheitsbehörden. Sie sollten die Fortschritte der öffentlichen

584 Siehe zu den Kontinuitäten der Reformprodukte im 20. Jahrhundert: Jörg Albrecht, Reformkost und Naturkost. Kontinuitäten und Brüche alternativer Ernährung zwischen Lebensreform und Alternativmilieu, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert, Göttingen 2019, S. 173–194; Eva Locher „Keimzellen einer einfachen, gesunden, friedlichen Lebensweise“. Zur Interaktion zwischen alten Lebensreformern und jungen Alternativen in der Schweiz in den 1970er Jahren, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert, Göttingen 2019, S. 151–172.

585 Siehe dazu: Sebastian Weinert, Der Körper im Blick. Gesundheitsausstellungen vom späten Kaiserreich bis zum Nationalsozialismus, Berlin 2017.

Gesundheitspflege und die neuste Hygiene- und Präventionsmassnahmen präsentieren.⁵⁸⁶

Die Veranstaltung war von sozialdarwinistischen Gesundheitsvorstellungen durchdrungen. So betonte das Organisationskomitee bereits auf den ersten Seiten des offiziellen Ausstellungskatalogs, dass nur „ein an Körper und Seele gesundes Volk“ in der „harten wirtschaftlichen Konkurrenz der Völker“ bestehen könne. Deshalb müsse der Gedanke, dass die „Gesundung und die Gesunderhaltung“ der Bevölkerung von entscheidender Bedeutung im „unerbittlichen Kampf ums Dasein“ sei, möglichst überall in der Schweiz verbreitet werden. Um das Land vor „gewaltige[n] gesundheitliche[n] Schädigungen“ zu schützen, bedürfe es zusätzlicher „Volksaufklärung und Volksbelehrung auf dem Gebiete der Gesundheitspflege“. Das „Streben nach einer gesunden Lebensführung“ befinde sich zwar „in erfreulichem Wachstum“, jedoch müsse das Volk über die neusten „technischen Mittel“ aufgeklärt werden, mit denen sich die Gesundheit weiter steigern lasse. Die Ausstellung war deshalb vor allem ein grosses Schaulaufen der „Spezialindustrie für Medizin und Hygiene“, die ihre „Apparate, Instrumente und Einrichtungen“ präsentierte.⁵⁸⁷ Die Aussteller zeigten ihre modernsten Staubsauger, Badewannen und Waschmaschinen, präsentierten die neusten Kreationen der Nahrungsmittelindustrie, Medizinalprodukte und Arzneimittel.

Wie stark das Feld der öffentlichen Gesundheitspflege in den 1930er Jahren umkämpft war, zeigt der Streit über die Anwesenheit der Alkoholindustrie. Kritiker monierten, dass eine „Ausstellung für Hygiene und Sport“ alkoholabstinent durchgeführt werden müsse, trotzdem war der Alkohol sehr präsent. Die Bierbrauer hatten eine eigene Sonderausstellung, zahlreiche Aussteller präsentierten Wein und Schnaps und nicht zuletzt lockte eine grosse Bierhalle die Besucher und Besucherinnen an.⁵⁸⁸ Zugleich waren aber auch die Obstverarbeiter und Süssmostproduzenten zahlreich vertreten, die Abstinenzbewegung erhielt einen eigenen Ausstellungsraum für ihre Aufklärungskampagnen und ein alkoholfreies Restaurant trat mit der Bierhalle in Konkurrenz.⁵⁸⁹

586 Vgl. Markus Giuliani, „Starke Jugend - freies Volk“. Bundesstaatliche Körpererziehung und gesellschaftliche Funktion von Sport in der Schweiz (1918–1947), Bern 2001, S. 324.

587 O. A., Hyspa. I. Schweizerische Ausstellung für Gesundheitspflege und Sport, Bern 1931, S. 7 f.

588 Vgl. Giuliani, „Starke Jugend - freies Volk“, S. 326.

589 Vgl. Hyspa, S. 81.

Die Auseinandersetzung über die Frage, was gesund ist, zeigte sich vor allem in der Ernährungsabteilung. Dort mischten sich zahlreiche Vertreter der Reformwarenwirtschaft unter die Ausstellungsstände der Nahrungsmittelinindustrie. Die Firma Matzinger präsentierte ihre „Elite-Getreideflocken“ als Beitrag zur „[n]euzeitlichen Ernährung“, der Zürcher Getränkehersteller Neogena warb für seine „[a]llkoholfreie[n] Gesundheits-Getränke“, bei der Gärtnerei von Peter Wittwer gab es „[b]iologisch gezüchtetes Gemüse“ zu sehen und Nuxo stellte seine Brotaufstriche, Kochfette und Mandelmilch vor. Mit dabei waren auch die Reformhäuser *Müller* und *Ruprecht*, die all diese Produkte für „die neuzeitl[iche] Ernährung und Körperpflege“ im Angebot hatten. Ergänzt wurden diese Ausstellung der Ernährungsreform mit einem „Rohkost-Buffer“ und einer „[a]llkoholfreien Bar“, die vom vegetarischen Restaurant *Ryfflihof* zur Verfügung gestellt wurden.⁵⁹⁰ Wie die *Volksgesundheit* berichtete, gab es in diesem „Pavillon für die neuzeitliche Ernährung“ zahlreiche Reformprodukte wie koffeinfreien Kaffee, Birchermüesli und Vollkornbrot zum Probieren. Die Reformhäuser präsentierten aber auch Körperpflegeprodukte wie Öle, Badesalze und Seifen sowie Reformkleider, darunter auch Neuheiten wie pflanzliches Leder. Das *Lanid-Werk* in Herisau stellte daraus „warme, gesunde Schuhe her“. Diese „tierlederfreie Fussbekleidung“ sollte den Vegetariern und Vegetarierinnen ermöglichen, ganz ohne tierische Produkte zu leben.⁵⁹¹

Die *Hyspa* verweist auf die Gleichzeitigkeit verschiedener Gesundheitsvorstellungen und Konsumpraktiken in der Schweiz. Die Fleisch- und Milchverarbeiter präsentierte ihre Produkte unweit der Vollkornbrote, Mandelmilch und Sojaprodukte der Reformhäuser, die Sonderausstellung der Bierbrauer kontrastierte die Aufklärungsbemühungen der Abstinenzbewegung und die Gäste mussten sich zwischen einem Besuch in der Bierhalle oder dem vegetarischen Restaurant entscheiden. Nicht zuletzt gab es im offiziellen Ausstellungsprospekt sowohl Anzeigen für Zigarren als auch Angebote zur Raucherentwöhnung, Fruchtsäfte wurden neben Schnäpsen angepriesen und Luxushotels lockten mit Schlemmerangeboten neben Naturheilanstalten mit ihren Gesundheitsprogrammen.⁵⁹² Dabei unterschieden sich die Präventionsforderungen der Naturheil- und Vegetarierbewegung kaum von jenen der staatlichen Behörden und akademischen Wissenschaften. Alle forderten in den 1930er Jahren mit markigen, sozialdarwinistisch angereicherten Worten eine Stärkung der

590 Ebd., S. 68.

591 O. A., Von der ‚Hyspa‘, in: *Volksgesundheit*, 24/18 (1931), S. 357.

592 Siehe dazu die 80 Seiten Werbung im *Hyspa*-Katalog.

„Volksgesundheit“. Bei der Realisierung dieser gesundheitspolitischen Anliegen kamen sich jedoch wirtschaftliche, soziale und gesundheitliche Interessen in die Quere. Welche Produkte und Dienstleistungen als gesund gekennzeichnet wurden, lag nicht nur im Ermessen der Ernährungswissenschaftler, Ärztinnen und Gesundheitsbehörden, sondern auch bei Produzenten und Händlern, sozialen Bewegungen und gemeinnützigen Organisationen und nicht zuletzt bei den Konsumenten selbst. Die *Hyspa* verweist damit auf die sich verschärfenden Deutungskämpfe über die „richtige“ Lebensweise in der sich entfaltenden Konsumgesellschaft.

4. Auf der Suche nach Selbstbestimmung und gesunder Freizeitgestaltung: Die Jugendbewegung in der Schweiz

Die Erfindung der Jugend: Die neue Generation als Verheissung und Bedrohung

Jeder Mensch durchläuft die hormonelle und physiologische Entwicklung vom Kind zum Erwachsenen. Zwar beeinflussen soziokulturelle Faktoren wie die Ernährungssituation oder die medizinische Versorgung, wie lang diese Transformation dauert und in welchem Alter sie beginnt, die sogenannte Adoleszenz ist jedoch eine biologische Konstante. Hingegen unterliegt die gesellschaftliche Beurteilung dieser Übergangsphase dem historischen Wandel. Gab es in vor-modernen Gesellschaften meistens einen abrupten Übertritt vom Kindes- ins Erwachsenenalter, wurde den Menschen seit dem 19. Jahrhundert eine immer längere Jugendphase zugestanden. Diese Tendenz ist auf verschiedene Entwicklungen zurückzuführen. Einerseits nahm die durchschnittliche Kinderzahl pro Familie kontinuierlich ab, wodurch die Eltern ihren Kindern mehr Bedeutung zuwiesen. Sie waren nicht mehr nur günstige Arbeitskräfte, sondern erhielten einen grösseren emotionalen Wert. Andererseits stieg in komplexen, arbeitsteiligen Industrie- und Konsumgesellschaften das Interesse an gut ausgebildeten Arbeitskräften. Dazu war eine längere Ausbildungszeit nötig, die jedoch den Beginn der Erwerbstätigkeit hinauszögerte und dadurch die Dauer der Jugendphase verlängerte.⁵⁹³

Der Aufstieg des Industrie- und Dienstleistungssektors steigerte nicht nur die wirtschaftliche Produktivität und das durchschnittliche Einkommen in der Bevölkerung, sondern stiess auch die erste grosse Bildungsexpansion an. In der Schweiz öffneten im 19. Jahrhundert zahlreiche neue Universitäten ihre Tore für Studierende.⁵⁹⁴ Zugleich verschob sich seit Mitte des 19. Jahrhunderts der

593 Siehe zur Einführung in die Jugendforschung: Klaus Hurrelmann, *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*, Weinheim 2007, S. 13–47; siehe zur Geschichte der Jugend: John R. Gillis, *Geschichte der Jugend. Tradition und Wandel im Verhältnis der Altersgruppen und Generationen in Europa von der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts bis zur Gegenwart*, Weinheim/Basel 1980, S. 105–139.

594 Zürich (1833), Bern (1834), Genf (1873), Fribourg (1889), Lausanne (1890). Insgesamt nahm die Zahl der Studierenden in der Schweiz zwischen 1890 und 1935 von

Schwerpunkt der Hochschulbildung von den Geisteswissenschaften zu naturwissenschaftlichen Fächern. Mit der *Eidgenössischen Technischen Hochschule* gab es seit 1855 in Zürich sogar eine Hochschule, die sich auf Ingenieurwesen, Naturwissenschaften und Raumplanung spezialisierte.⁵⁹⁵ Neben der Hochschulbildung wurde auch die Berufsausbildung im 19. Jahrhundert stark ausgebaut. Nach dem Ende des Zunftwesens stellten Handels-, Gewerbe-, Technik-, Landwirtschafts- und andere Berufsschulen die Qualität der Ausbildung sicher. Mit dem Berufsbildungsgesetz von 1930 wurde die Berufsbildung für alle Auszubildenden verbindlich. In der Schweiz etablierte sich damit ein duales Bildungssystem, das einen immer grösseren Teil der Bevölkerung über die obligatorische Schulzeit hinaus in Bildungsinstitutionen einband.⁵⁹⁶ Anstatt die Schule als 12- oder 13-Jährige zu verlassen, weitete sich die Ausbildungszeit bis zum 16. Lebensjahr aus oder ging sogar deutlich über das 20. Lebensjahr hinaus. Im frühen 20. Jahrhundert konnten sich nur die Mittel- und Oberschichten diese längeren Ausbildungszeiten leisten. Erst mit der zweiten Bildungsexpansion seit den 1960er Jahren beteiligen sich alle Bevölkerungsschichten an dieser Ausweitung der Jugendphase.⁵⁹⁷

Die Jugendphase wurde nicht nur länger und für immer mehr Menschen verfügbar, sie erlebte um 1900 auch eine enorme wissenschaftliche, politische und mediale Aufmerksamkeit. Jugend wurde zum Symbol einer neuen Gesellschaftsordnung erkoren. Sie diente Ideologien jeglicher Couleur als Metapher für sozialen Aufbruch und als Trägerschicht des „neuen Menschen“. Avantgardistische Kunstströmungen wie der Jugendstil verewigten jugendliche Vitalität in ihren Werken und Manifesten, die Sportbewegung inszenierte den jungen Körper als Idealkörper und in der Werbung wurde jugendliches Aussehen

2315 auf 8771 Personen zu: vgl. Eidgenössisches statistisches Amt, Schweizerische Hochschulstatistik 1890–1935, Bern 1935, S. 54.

595 Siehe zur Geschichte der ETH: David Gugerli/Patrick Kupper/Daniel Speich Chassé, *Die Zukunftsmaschine. Konjunkturen der ETH Zürich 1855–2005*, Zürich 2005.

596 Vgl. Philipp Gonon, *Schule im Spannungsfeld zwischen Arbeit, elementarer Bildung und Beruf*, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), *Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, Bern/Stuttgart/Wien 1997, S. 58–65; siehe zur Geschichte der Berufsausbildung in der Schweiz auch: Martina Späni, *Der Bund und die Berufsbildung. Von der „verfassungswidrigen Praxis“ zum kooperativen Monopol*, in: Lucien Criblez (Hg.), *Bildungsraum Schweiz. Historische Entwicklung und aktuelle Herausforderungen*, Bern 2008, S. 183–217.

597 Vgl. Hurrelmann, *Lebensphase Jugend*, S. 13–21.

zunehmend als Voraussetzung für ein gutes Leben verkauft. Um die Anforderungen der „modernen“ Welt zu bewältigen, sollte der Mensch unabhängig vom biologischen Alter jugendlich, kräftig und vital sein.⁵⁹⁸

Auch wenn die Jugend als Verheissung einer neuen, besseren Welt gefeiert wurde, gerieten die Jugendlichen bald auch als Bedrohung für die Gesellschaft in Verruf. Immer mehr Wissenschaftler und Politiker warnten vor der zunehmenden Gewaltbereitschaft und Kriminalität der Jugendlichen.⁵⁹⁹ Daraufhin versuchte der Staat mit neuen Gesetzen und Kontrollmechanismen die Handlungsräume der Jugendlichen zu regulieren. Zugleich begann sich die sogenannte Jugendfürsorge mit den Problemen der Heranwachsenden zu befassen und sich um die Gesundheit und Erziehung sozial benachteiligter Kinder und Jugendlicher zu kümmern. Gemeinnützige Organisationen setzten sich beispielsweise seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert für die Tuberkulosebekämpfung ein und organisierten Bildungsangebote. Dabei folgte die Jugendfürsorge in der Schweiz einem stark bürgerlich geprägten Gesellschaftsideal und Familienbild, das sozial abweichendes Verhalten streng sanktionierte. Das führte dazu, dass im Verlauf des 20. Jahrhunderts immer mehr Kinder und Jugendliche, die als „verwahrlost“ oder „schwererziehbar“ galten, in Pflegefamilien oder geschlossenen Erziehungsanstalten untergebracht wurden.⁶⁰⁰ Diese Fremdplatzierungen wurden beispielsweise durch die 1912 gegründete Stiftung *Pro Juventute* koordiniert.⁶⁰¹

Die Freizeit als Problem: Jugenderziehung als Mittel gegen unkontrollierte Freiräume

Um 1900 wurde vor allem die wachsende Freizeit als Gefahr für die Jugendlichen erkannt. Zuvor war die Arbeitszeit infolge der Industrialisierung in

598 Vgl. Heiko Stoff, *Ewige Jugend. Konzepte der Verjüngung vom späten 19. Jahrhundert bis ins Dritte Reich*, Köln/Weimar/Wien 2004, S. 217–268.

599 Vgl. Winfried Speitkamp, *Jugend in der Neuzeit. Deutschland vom 16. bis zum 20. Jahrhundert*, Göttingen 1998, S. 129–132.

600 Vgl. Nadja Ramsauer, *„Verwahrlost“*. Kindswegnahmen und die Entstehung der Jugendfürsorge im schweizerischen Sozialstaat, 1900–1945, Zürich 2000, S. 21–50.

601 Ab 1926 wurden im Rahmen des „Hilfswerks für die Kinder der Landstrasse“ hunderte Kinder fremdplatziert. Davon waren vor allem die Kinder von Fahrenden wie den Jenischen in der Schweiz betroffen. Siehe dazu: Sara Galle, *Kindswegnahmen. Das „Hilfswerk für die Kinder der Landstrasse“ der Stiftung Pro Juventute im Kontext der schweizerischen Jugendfürsorge*, Zürich 2016.

Ländern wie der Schweiz stark angestiegen. In den neuartigen Fabriken konnte wegen der rationalisierten Arbeitsabläufe, den neuartigen Maschinen und künstlichen Energiequellen pausenlos gearbeitet werden. Um 1850 stieg die tägliche Arbeitszeit in industrialisierten Gegenden auf über 16 Stunden und das an sechs bis sieben Tagen der Woche. Im Vergleich zum Spätmittelalter hatte sich die jährliche Arbeitsdauer von 2'000 auf 4'000 Stunden verdoppelt. Erst im Verlauf der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts nahm diese enorme Belastung durch sozial- und gesundheitspolitische Regulierungsmassnahmen wieder ab.⁶⁰² In der Schweiz schränkte beispielsweise das Fabrikgesetz (1877) die tägliche Erwerbsarbeit auf 12 Stunden ein und verbot die Kinderarbeit. Aber erst ab den 1920er Jahren pendelte sich die wöchentliche Arbeitszeit bei 40–50 Stunden ein. Somit stieg die frei verfügbare Zeit für immer mehr Menschen seit 1850 kontinuierlich an.⁶⁰³

In der Regel wird unter Freizeit ein Tagesabschnitt beschrieben, in dem nicht erwerbsmässig gearbeitet wird. Um Freizeit zu haben, müssen alle lebensnotwendigen Bedürfnisse wie Essen, Schlaf und Sicherheit gestillt sein. Diese Definition orientiert sich sehr stark am dualistischen Arbeitsmodell des Industriezeitalters, das klare Grenzen zwischen Erwerbsarbeit und Freizeit zog. Komplexere Modelle betonen hingegen, dass es auch in der Freizeit zweckgebundene Arbeit wie Kinderbetreuung, soziale Verpflichtungen, Reinigungsarbeiten, Einkäufe oder gemeinnützige Tätigkeiten gibt. Im Verlauf des 20. Jahrhunderts lösten sich diese Grenzen zwischen Arbeit und Freizeit immer weiter auf.⁶⁰⁴ Die Freizeit wurde zunehmend in den Dienst der kapitalistischen Selbstoptimierungslogik gestellt. Bereits um 1900 sollte sie nicht nur der Erholung von der Arbeit dienen oder sogar Zeit zur Langeweile bieten, sondern sinnvoll genutzt werden, um beispielsweise neue Fertigkeiten für die Erwerbsarbeit zu erlernen oder die mentale und körperliche Gesundheit zu optimieren.⁶⁰⁵ Aus bürgerlicher Perspektive gestalteten vor allem die Fabrikarbeiter und -arbeiterinnen ihre Freizeit nicht optimal: Sie würden ins Wirtshaus gehen, um zu trinken, zu rauchen und Karten zu spielen oder Feste, Tanzveranstaltungen und Jahrmärkte besuchen. Nach 1900 gerieten auch populäre Unterhaltungsangebote wie Kinos und Zirkusaufführungen oder Massenmedien wie illustrierte

602 Vgl. Hans-Werner Prahl, *Soziologie der Freizeit*, Paderborn 2002, S. 98–101.

603 Vgl. Ruckstuhl/Ryter, *Von der Seuchenpolizei zu Public Health*, S. 110–116.

604 Vgl. Stefan Immerfall/Barbara Wasner, *Freizeit*, Opladen 2011, S. 13–17.

605 Vgl. Jürgen Martschukat, *Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde*, Frankfurt a. M. 2019, S. 105–110.

Zeitschriften und Radios in die Kritik. Diese Freizeitaktivitäten wurden entweder als ungesund oder schlecht für die bürgerliche Moral und religiösen Sittlichkeitsvorstellungen kritisiert.⁶⁰⁶

Bereits um 1900 gab es erste Versuche, die Freizeit der Arbeiter und Arbeiterinnen zu regulieren, damit diese möglichst fit, gesund und leistungsfähig an ihre Arbeitsplätze zurückkehren. Einige Unternehmen senkten dazu die tägliche Arbeitszeit, stellten Gartenanlagen und Bibliotheken zur Verfügung, organisierten Körperertüchtigungsprogramme oder versuchten gegen den Alkoholkonsum und das Glücksspiel vorzugehen. Zudem breitete sich der sogenannte Betriebsport als gesundheitsförderndes Freizeitangebot für Angestellte aus. Gerade in den neuen Verwaltungs-, Büro- und Dienstleistungsberufen, die zumeist mit einer sitzenden Tätigkeit einhergingen, schien körperliche Betätigung besonders notwendig, um die Gesundheit der Angestellten zu erhalten. Kritiker warnten davor, dass der Körper der sogenannten Kopfarbeiter mit der Zeit an Kraft verliere und dadurch verweichliche.⁶⁰⁷ Aber nicht nur die Unternehmen, sondern auch sozialistisch geprägte Arbeiter- und Arbeiterinnenorganisationen sorgten sich um die Gesundheit der Angestellten. Sie gründeten zahlreiche Turn-, Fussball-, Schwimm- und Radfahrvereine, um die Arbeiter und Arbeiterinnen mit sportlichen Freizeitaktivitäten fit für den erwarteten Klassenkampf zu machen.⁶⁰⁸

Junge Menschen in Ausbildung konnten über einen deutlich grösseren Anteil ihrer Zeit frei verfügen als die meisten Erwerbstätigen. Das galt um 1900 jedoch erst für wenige Jugendliche. In ländlichen Gebieten oder in den Arbeiterschichten waren sie noch bis weit ins 20. Jahrhundert in die familiäre Landwirtschaft oder Heimarbeit eingebunden oder mussten in Fabriken einen Anteil zum Haushaltseinkommen erarbeiten. Ihre Altersgenossen aus den städtischen, bürgerlichen Mittelschichten übten hingegen nach der Schule, an Sonntagen oder in den Schulferien kaum noch Erwerbsarbeit oder andere zweckgebundene Tätigkeiten aus. Die Anzahl junger Menschen, die ihre Freizeit frei gestalten konnten, wuchs jedoch im Verlauf des 20. Jahrhunderts schnell an.⁶⁰⁹

606 Vgl. Prahl, *Soziologie der Freizeit*, S. 104 ff.; siehe zur Kritik an der aufkommenden Massenkultur: Kaspar Maase, *Einleitung: Schund und Schönheit. Ordnung des Vergnügens um 1900*, in: Ders./Wolfgang Kaschuba (Hg.), *Schund und Schönheit. Populäre Kultur um 1900*, Köln 2001, S. 9–28.

607 Vgl. Martschukat, *Das Zeitalter der Fitness*, S. 110–127.

608 Siehe zum Arbeitersport in der Schweiz: Dominique Marcel Fankhauser, *Die Arbeitersportbewegung in der Schweiz 1874–1947. Beiträge und Kontroversen zur sozialen Frage im Sport*, Wien 2010.

609 Vgl. Gillis, *Geschichte der Jugend*, S. 109–136.

Weil die Jugendlichen in der Regel die gleichen Freizeitangebote nutzten wie die Erwachsenen, geriet bald auch deren Freizeitverhalten in die Kritik.⁶¹⁰ Insbesondere religiöse Kreise erkannten in den wachsenden Freiräumen der Jugendlichen eine Bedrohung der religiösen Alltagspraxis und der bürgerlichen Ordnung. Während die Kirchen in ländlichen Gebieten weiterhin eine disziplinierende Funktion ausübten, ging die Kontrolle in den wachsenden Städten verloren. Jugendliche trafen sich dort unbeaufsichtigt in Wirtshäusern, auf Jahrmärkten und in Hinterhöfen. Um die Kontrolle zurückzugewinnen, bauten religiöse Organisationen wie der *Christliche Verein Junger Männer* und der katholische *Jünglingsverein* ab der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts spezifische Freizeitangebote für Heranwachsende auf. Mit Theater-, Spiel- und Diskussionsabenden, Lesungen und Vorträgen versuchten sie christliche Werte zu vermitteln und die Jugendlichen von Alkoholkonsum, Glücksspiel und vorehehlichen Sexualbeziehungen abzuhalten.⁶¹¹

Um 1900 boten immer mehr bürgerliche Organisationen, religiöse Vereine und politische Parteien Freizeitangebote für Jugendliche an. Beispielsweise baute das *Blaue Kreuz* mit dem *Hoffnungsbund* bzw. *L'Espoir* um 1900 eine Jugendabteilung auf, die bereits 1911 13'102 Mitglieder in der Deutschschweiz und 6'552 Mitglieder in den französischsprachigen Kantonen erreichte.⁶¹² Sie war zwar der Mutterorganisation unterstellt, hatte aber eigene Strukturen und gab eine eigene Zeitschrift heraus.⁶¹³ Als Vorbild diente die englische Jugendorganisation *Band of Hope*, die 1897 in Grossbritannien über 3 Millionen Kinder und Jugendliche in tausenden Ortsgruppen zählte.⁶¹⁴ Obwohl ein Chronist aus

610 Vgl. Speitkamp, *Jugend in der Neuzeit*, S. 126 ff.

611 Vgl. Joseph Jung, *Katholische Jugendbewegung in der deutschen Schweiz. Der Jungmannschaftsverband zwischen Tradition und Wandel von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis zum Zweiten Weltkrieg*, Freiburg 1988, S. 190–273.

612 Vgl. o. A., *Ueberblick über die Zahl jugendlicher Abstinenten in den verschiedenen Ländern*, in: *Der Anker*, Organ für die Leiter des deutsch-schweizerischen Hoffnungsbundes, 5/3 (1912), S. 23.

613 Die französischsprachige Abteilung gab ab 1894 die Zeitschrift *L'Espoir* und ab 1897 *L'ancre* heraus. Die deutschsprachige Abteilung veröffentlichte ihre Zeitschrift ab 1898 unter dem Titel *Der Hoffnungsbund*, ab 1907 *Der Anker* und ab 1922 *Die Pflugschar*.

614 Kontakte zwischen dem schweizerischen *Hoffnungsbund* und dem englischen *Band of Hope* wurden in der Zeitschrift des *Hoffnungsbundes* dokumentiert. Siehe dazu u. a. den Bericht über ein Treffen am 21. Juni 1907 mit 71 Gruppenleitern des *Band of Hope* in Luzern: vgl. H. Langmesser, *Englisch-schweizerische Konferenz von Vertretern der Jugend-Abstinenzvereine in Luzern*, in: *Der Anker*, 1/1 (1907), S. 1 ff.

der Abstinenzbewegung diese Jugendabteilung rückblickend als „erste Jugendbewegung“ der Schweiz bezeichnete, diente die Organisation in erster Linie der Erziehung der Kinder und Jugendlichen zur Abstinenz.⁶¹⁵

Einen jugenderzieherischen Ansatz verfolgte seit dem frühen 20. Jahrhundert auch die Pfadfinderbewegung des britischen Kavallerie-Offiziers Robert Baden-Powell (1857–1941). In Zeltlagern und auf Wanderungen sollten Kinder und Jugendliche bürgerlich konnotierte Ideale wie Pflichtbewusstsein, Höflichkeit und Kameradschaft einüben. Neben kulturellen Aktivitäten wie Singen und Musizieren wurde viel Wert auf praktische Fertigkeiten wie Basteln, Feuer machen und Knoten binden gelegt. Eine wichtige Rolle spielte auch das Naturerlebnis beim gemeinsamen Spielen im Wald. Gerade für Kinder aus städtischen Gebieten sollte die Pfadfinderbewegung eine Möglichkeit bieten, sich mit der heimischen Tier- und Pflanzenwelt auseinanderzusetzen.⁶¹⁶ Unter diesen Vorzeichen führte Baden-Powell 1907 ein erstes Pfadfinderlager auf Brownsea Island vor der Küste der südenglischen Stadt Bournemouth durch. Danach breitete sich die Bewegung weltweit aus.⁶¹⁷

Häufig adaptierten bereits etablierte Jugendorganisationen wie der *Christliche Verein Junger Männer* die neuartigen Freizeitaktivitäten der Pfadfinder. Im deutschsprachigen Raum breitete sich die Pfadfinderidee auch in Jugendgruppen der Abstinenzbewegung aus. In der Schweiz führte beispielsweise schon 1910 die Jugendabteilung der Basler *Guttempler* Wanderungen und Zeltlager durch.⁶¹⁸ Die Abstinenzbewegung fühlte sich vor allem durch die gesundheitsbezogenen Anliegen der Pfadfinder angesprochen. Diese erhielten in der deutschen Übersetzung von Baden-Powell *Scouting for Boys* (1908) einen viel grösseren Stellenwert als im englischen Originaltext. Der deutsche Militärarzt Alexander Lion (1870–1962) legte in seinem *Pfadfinderbuch* (1909) grossen

615 Ernst Lutz, *Der Hoffnungsbund im Wandel der Zeit*, Bern 1942, S. 4.

616 Vgl. Dominik Stoppel, *Der schweizerische Pfadfinderbund 1918 bis 1945*, Zürich 1996, S. 106–111; siehe zum Programm der Pfadfinder in der Schweiz auch: Samuel Jeanneret, *Schweizer Pfadfinder. Ueberblick über die Organisation und Anleitung zur Gründung und Ausbildung von Pfadfinder-Abteilungen*, Lausanne 1913.

617 Siehe zur globalen Ausbreitung der Pfadfinderbewegung im 20. Jahrhundert: Hartmut Keyler, *Eine historisch-gesellschaftliche Rekonstruktion zum weltweiten Pfadfinden*, in: Matthias D. Witte (Hg.), *Pfadfinden weltweit. Die Internationalität der Pfadfindergemeinschaft in der Diskussion*, Wiesbaden 2015, S. 19–33.

618 Vgl. Martin J. Bucher, *Die Deutschlandkontakte der Schweizer Pfadfinder 1920–1945. „Schaut auf das Heldische der deutschen Hitlerjugend“*, Münster 2004, S. 21 f.

Wert auf die Körpererächtigung und vormilitärische Erziehung der Kinder und Jugendlichen.⁶¹⁹

Im französischsprachigen Raum prägte hingegen der Philosoph und Pädagoge Pierre Bovet (1878–1965) mit seiner 1912 veröffentlichten Übersetzung *Eclaireurs* die Ausbreitung der Pfadfinderbewegung. Er bewegte sich deutlich näher am Originaltext, betonte jedoch ebenfalls die wichtige Bedeutung der Gesundheitserziehung. Damit regte er nicht nur die Gründung mehrerer Pfadfindergruppen in der Romandie an, sondern auch die Entstehung der *Eclaireurs de France*.⁶²⁰ Um die heterogenen Pfadfindergruppen in der deutsch- und französischsprachigen Schweiz untereinander in Kontakt zu bringen, wurde 1913 der *Schweizerische Pfadfinderbund* (SPB) als Dachorganisation gegründet.⁶²¹ Die Mitgliederzahl stieg bis 1918 auf 3412 an und erreichte bis 1945 sogar 25'348.⁶²²

Für mehr Freiheit und Selbstbestimmung: Die Entstehung der Jugendbewegung

Neben diesen fürsorgerischen Jugendgruppen gab es um 1900 auch erste Zusammenschlüsse, in denen sich Jugendliche weitgehend selbstständig organisierten und ihre Freizeit planten. Diese Jugendlichen trafen vor allem in Bildungseinrichtungen wie Gymnasien, Berufsschulen und Universitäten aufeinander. Dort konnten sie altershomogene Gruppen bilden, in denen sie persönliche Interessen verfolgten, mit gesellschaftlichen Rollenmodellen experimentierten und soziale Kontakte pflegten. Sie nutzen diese Form der Vergemeinschaftung zur Persönlichkeitsentwicklung und Selbstfindung. Dieser „Schonraum auf Zeit“, der die Jugendlichen vor den Sorgen und Problemen der Erwachsenenwelt abschirmen sollte, galt vorerst nur für Schülerinnen und Studenten aus den bürgerlichen Mittelschichten.⁶²³ Ärmere Gesellschaftsschichten konnten es sich nicht leisten, der heranwachsenden Generation derartige Freiräume zu gewähren. Die Jugendlichen mussten möglichst schnell ins Berufsleben einsteigen, um die Familie zu unterstützen. Erst mit der voranschreitenden Bildungsexpansion in der Zwischenkriegszeit und vor allem nach 1945 war

619 Vgl. Bucher, Die Deutschlandkontakte der Schweizer Pfadfinder 1920–1945, S. 31 ff.

620 Vgl. Nicolas Palluau, La réception des travaux scouts de Pierre Bovet en France (1912-décennie 1930), in: *Paedagogica Historica*, 50/1-2 (2014), S. 93–108.

621 Vgl. Bucher, Die Deutschlandkontakte der Schweizer Pfadfinder 1920–1945, S. 23.

622 Vgl. Stoppel, Der schweizerische Pfadfinderbund 1918 bis 1945, S. 40.

623 Speitkamp, Jugend in der Neuzeit, S. 126.

dieses Konzept der Jugend als Moratorium und Selbstfindungsphase für die ganze Bevölkerung Realität geworden.⁶²⁴

Die bürgerlichen Jugendlichen nutzen bereits um 1900 die zur Verfügung gestellten Freiräume, um sich mit politischen Ideen und Denkrichtungen auseinanderzusetzen, kulturelle Ausdrucksformen zu entdecken und neuartige Freizeitaktivitäten zu erproben. Dieses „privilegierte[...] Experimentierfeld“ bildete die Grundlage für die Entstehung der ersten Jugendbewegungen im deutschsprachigen Raum.⁶²⁵ Darin verlangten die Jugendlichen mehr Rechte, Freiheiten und Selbstständigkeit, proklamierten eigene Interessen, Wertvorstellungen und Ziele und grenzten sich als eigenständige Sozialgruppe von anderen Alterskohorten ab. In der Schweiz brüsteten sich beispielsweise die Wandervögel damit, sich selbst zu „regieren“ und ihre Freizeitaktivitäten unabhängig von Erwachsenen zu „leiten“. Alle anderen Jugendorganisationen seien hingegen „Verbände der Eltern, Vormünder, Lehrer und Freunde der Jugend“. Dort hätten nicht die Jugendlichen, sondern die Erwachsenen „die Leitung und alle Rechte“.⁶²⁶ So ist es nicht überraschend, dass die Wandervögel die Pfadfinderbewegung bisweilen als „Jugendversorgungsanstalt“ verspotteten. Pfadfinder zu sein, bedeute „abhängig und folgsam [zu] sein“.⁶²⁷

Ulrich Aufmuth zufolge erzeugten diese Jugendbewegungen um 1900 erstmals eine „ausgeprägte jugendliche Eigenwelt“ mit spezifischen „Gefühls- und Sinnfärbungen“, einer „eigentümlichen Sprache“, „bis dato ungewöhnliche[r] Kleidung“ und eigensinnigen „Gesten und Aktivitäten“. Sie brachten damit ein „reiches, hochlebendiges und fein differenziertes jugendliches Symbol- und Sinnsystem“ hervor.⁶²⁸ Diese altersspezifische „Jugendkultur“ provozierte aber keinen Bruch mit der hegemonialen Kultur der Mehrheitsgesellschaft, sondern pflegte komplexe Wechselbeziehungen mit der bürgerlichen Herkunftskultur.⁶²⁹

624 Siehe zur Jugend in der Schweiz nach 1945: Damir Skenderovic/Christina Späti, Die 1968er-Jahre in der Schweiz. Aufbruch in Politik und Kultur, Baden 2012.

625 Giovanni Levi/Jean-Claude Schmitt, Einleitung, in: Dies. (Hg.) Geschichte der Jugend. Band 1, Von der Antike bis zum Absolutismus, Frankfurt a. M. 1996, S. 12.

626 Emmi Bloch, Selbstvernichtung? In: Wandervogel, Offizielles Organ des „Wandervogel“, Schweiz. Bundes für Jugendwanderungen, 1/10 (1910), S. 82.

627 Heinrich Künzler, Pfadfinder und Wandervogel, in: Wandervogel 16/3-4 (1924), S. 27.

628 Ulrich Aufmuth, Die deutsche Wandervogelbewegung unter soziologischem Aspekt, Göttingen 1979, S. 233.

629 Siehe zur Entstehung des Jugendkulturbegriffs im frühen 20. Jahrhundert: Wilfried Ferchhoff, Jugend und Jugendkulturen im 21. Jahrhundert. Lebensformen und Lebensstile, Wiesbaden 2007, S. 34 ff.; Hartmut M. Griese, Jugend(sub)kultur(en) – Facetten, Probleme und Diskurse, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.),

Die Jugendlichen konnten im begrenzten Rahmen ihrer Freizeitaktivitäten die Kontrollsphäre der Eltern, Schulen und Kirchen verlassen, kehrten dann aber meist wieder problemlos in den Familien- und Schulalltag zurück. In diesen Freiräumen probierten sie neue Ideen und Praktiken aus, jedoch ohne die normativen Grenzen des Sag- und Machbaren allzu sehr infrage zu stellen. Sie kombinierten dabei traditionell-bürgerliche Praktiken mit neuartigen Ausdrucksformen. Wie der Historiker Winfried Speitkamp betont, tendieren Jugendliche unter den Bedingungen der individualisierten, hochkomplexen Gesellschaften des 20. Jahrhunderts dazu, sich von der Elterngeneration abzugrenzen, die Jugendkulturen würden aber meistens in die Erwachsenenkultur übergehen. Es sei jedoch nicht immer klar ersichtlich, ob es sich dabei um eine „erfolgreiche Disziplinierung der Jugend durch die Erwachsenen“ handle oder ob dieser Vorgang „als gelungene Unterwanderung der Erwachsenenwelt durch die Jugend zu werten“ sei.⁶³⁰

Aufbau des Kapitels

Vor diesem theoretischen Hintergrund ist in diesem Kapitel zu diskutieren, wie die bürgerliche Jugendbewegung in der Schweiz gesundheitsorientierte Freizeitaktivitäten etablierte. Mit Blick auf das nächste Kapitel soll zudem geklärt werden, welche Rolle die Jugendlichen bei der Popularisierung lebensreformerischer Gesundheitspraktiken spielten und inwiefern sie mit ihren jugendkulturellen Ausdrucksformen und Freizeitaktivitäten die weitere Entwicklung lebensreformerischer Bewegungen prägten. Im ersten Teil des Kapitels wird die Entstehung der abstinenten Mittel- und Hochschulverbindungen *Helvetia* und *Libertas* vorgestellt. Vor dem Hintergrund der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung bildeten sich diese Jugendgruppen als Alternative zu traditionellen Studentenverbindungen. Sie lehnten nicht nur den exzessiven Alkoholkonsum dieser Gruppen ab, sondern erprobten auch neuartige Freizeitaktivitäten wie Wanderungen, kulturelle Ausflüge und Ferienlager. Daraus ging der Schweizer Ableger der Wandervogelbewegung hervor, der mit seiner typischen Kleidung und Musik und seiner einfachen Art zu Wandern eine unverkennbare Jugendkultur erzeugte. Das zweite Kapitel beschreibt, wie sich dieser *Schweizer*

Jugendkulturen, Politik und Protest. Vom Widerstand zum Kommerz? Wiesbaden 2000, S. 37–47.

630 Speitkamp, *Jugend in der Neuzeit*, S. 296; siehe zur Geschichte der Jugendkulturen und Jugendbewegungen in der Schweiz: Stapferhaus Lenzburg (Hg.), *A Walk on the Wild Side. Jugendszenen in der Schweiz von den 30er Jahren bis heute*, Zürich 1999.

Wandervogel von den abstinenten Verbindungen loslöste und zur ersten grossen Jugendbewegung der Schweiz aufstieg. Im letzten Teil des Kapitels wird ein Blick auf die lebensreformerischen Experimente in den abstinenten Verbindungen und im *Schweizer Wandervogel* gelegt. Nach dem berühmten Jugendtreffen auf dem Hohen Meißner verbreiteten sich auch in der Jugendbewegung der Schweiz die Forderungen des *Deutschen Vortrupp-Bundes* nach einer umfassenden Lebensreform. Bevor der Erste Weltkrieg seinen Schatten über Europa legte, schien sich vor allem die *Helvetia* in eine „Lebensreformjugend“ zu entwickeln. Warum diese Entwicklung schlagartig endete, wird in diesem Kapitel besprochen.

4.1 Schülerinnen und Studenten gegen Alkohol und Drogen: Die abstinenten Verbindungen *Helvetia* und *Libertas*

Vom Männlichkeitsritual zum Zeichen der „Unjugendlichkeit“: Die Problematisierung des Alkoholkonsums in Studentenverbindungen

Die ersten Zusammenschlüsse junger Menschen bildeten sich im frühen 19. Jahrhundert an den Universitäten. In Studentenverbindungen formierten sich erstmals im deutschsprachigen Raum Gruppen von Gleichaltrigen, die gemeinsam ihre Freizeit verbrachten und festgelegte Ziele verfolgten. In Deutschland war die Entstehung der ersten Studentenverbindungen eng an die national-demokratischen Einheitsbestrebungen gebunden. Zahlreiche Mitglieder der ersten Verbindungen waren zuvor aus den antinapoleonischen Kriegen zurückgekehrt und setzten sich nun für die Schaffung eines deutschen Nationalstaates ein. So war auch das sogenannte Wartburgfest, auf dem sich 1817 die *Allgemeine Deutsche Burschenschaft* bildete, eine politische Kundgebung für eine liberale Verfassung.⁶³¹ Politische Ziele verfolgten auch die ersten Studentenverbindungen der Schweiz. 1819 gründeten Berner und Zürcher Studenten den *Schweizerischen Zofingerverein*, der sich für die Schaffung eines liberalen Bundesstaates einsetzte. 1833 spalteten sich liberal-radikale Studenten ab, um die *Helvetia* zu gründen. Zuletzt riefen katholisch-konservative Studenten 1841 den *Schweizerischen Studentenverein* ins Leben. Nach der

631 Vgl. Peter Brandt, Von der Urburschenschaft bis zum Progreß, in: Harm-Hinrich Brandt/Matthias Stickler (Hg.), *Der Burschen Herrlichkeit. Geschichte und Gegenwart des studentischen Korporationswesens*, Würzburg 1998, S. 35–53.

Bundesstaatsgründung besetzten zahlreiche Verbindungsmitglieder wichtige politische Ämter und Verwaltungspositionen.⁶³²

Um sich voneinander abzugrenzen, uniformierten sich die Mitglieder mit einheitlicher Kleidung und in spezifischen Farben und trugen Wappen und Fahnen mit sich. Das Zusammenleben in der Gruppe wurde in sogenannten Comments genau geregelt. Neben akademischen Weiterbildungsangeboten organisierten die Verbindungen zahlreiche Freizeitaktivitäten wie Singen, Turnen oder Fechten. Einige Studentenverbindungen traten sich bei der sogenannten Mensur in Fechtkämpfen gegenüber. Zudem pflegten die Verbindungen verschiedenste Bräuche, Rituale und Feste, an denen traditionell sehr viel Alkohol getrunken wurde.⁶³³ Damit versuchten sie männlich konnotierte Charaktereigenschaften wie Stärke und Standfestigkeit zu zelebrieren und die männerbündische Gemeinschaft zu festigen.⁶³⁴

Als Gustav von Bunge 1887 an der Universität Basel seine Antrittsrede über die „Alkoholfrage“ hielt, kritisierte er explizit die „Corpsstudenten“ und deren Trinksitten. Es sei „besonders verhängnisvoll“, dass schon „die Jugend“ zum Alkohol greife, um „ihre Geselligkeit zu einer erträglichen zu machen.“ Ohne den Alkohol würden diese Verbindungen „in kürzester Zeit vor langer Weile auseinanderfliegen“, behauptete Bunge. Das „künstlich zustande gebrachte Vereinsleben“ hindere die „akademische Jugend“ daran, sich „nach gemeinsamen Idealen und Interessen“ zu gruppieren. Der Alkohol mache den Menschen „träge“ und „unlustig zu jeder Anstrengung.“ Er verleide jede „Freude an der schönen Natur“ und die Lust an körperlichen Aktivitäten wie Wandern, Bergsteigen und Rudern.⁶³⁵ Der „Biertrinker“ schlepe sich nur mühsam „bis zur nächstgelegenen Wirtschaft“ und bleibe dort „wie angeklebt“ sitzen.⁶³⁶ Bunge

632 Vgl. Lynn Blattmann, Der Comment und die Schweiz, in: Harm-Hinrich Brandt/Matthias Stickler (Hg.), *Der Burschen Herrlichkeit. Geschichte und Gegenwart des studentischen Korporationswesens*, Würzburg 1998, S. 207–217.

633 Vgl. Harald Lönnecker, „...dienten stets auch der freundlichen Zusammenkunft“. Geselligkeit in akademischen Verbindungen und Vereinen an deutschsprachigen Hochschulen im 19. und frühen 20. Jahrhundert, in: Matthias Asche/Dietmar Klenke (Hg.), *Von Professorenzirkeln, Studentenknepen und akademischem Networking. Universitäre Geselligkeiten von der Aufklärung bis zur Gegenwart*, Köln/Weimar/Wien 2017, S. 123–146.

634 Vgl. Alexandra Kurth, *Männer – Bünde – Rituale. Studentenverbindungen seit 1800*, Frankfurt a. M. 2004, S. 83–103.

635 Von Bunge, *Die Alkoholfrage*, S. 36 f.

636 Ebd., S. 38.

versuchte mit seinen Ausführungen die geläufige Deutung des Alkohols als kräftigendes, die Geselligkeit anregendes Genussmittel infrage zu stellen und stattdessen die Abstinenz als Voraussetzung für eine gelingende Vergemeinschaftung zu inszenieren. Während er das Alkoholtrinken mit „Unjugendlichkeit“ und „Blasiertheit“ gleichsetzte, lobte er die vitalistisch-jugendliche Wirkung eines abstinenten Lebensstils. Nicht mehr besondere Trinkfestigkeit sollte als Männlichkeitsbeweis gelten, sondern die Fähigkeit, „körperliche[...] Anstrengungen“ mit „Leichtigkeit“ zu überwinden.⁶³⁷ Darum propagierte er Sport und Bewegung in der Natur als ideale Freizeitbeschäftigung einer abstinent lebenden Jugend.

***Helvetia* und *Libertas*: Die ersten abstinenten Mittel- und Hochschulverbindungen in der Schweiz**

In den 1890er Jahren setzten Schweizer Mittel- und Hochschulbunge Worte in die Tat um. Im September 1890 gründeten einige Kantonsschüler in St. Gallen unter dem Namen *Humanitas* die erste abstinente Mittelschulverbindung der Schweiz und ernannten Bunge und Forel zu Ehrenmitgliedern.⁶³⁸ Zusammen mit der im Mai 1892 gegründeten *Patria Basel* riefen sie am 24. Juli 1892 den Zentralverein *Helvetia – Abstinente Verbindungen an den schweizerischen Mittelschulen* ins Leben. Unter den gewählten Vorsitzenden war auch der spätere Psychiater und Vordenker der NS-„Rassenhygiene“ Ernst Rüdin. In Zürich regte der spätere Arbeiterarzt, Sexualreformer und Anarchist Fritz Brupbacher (1874–1945) die Gründung der Sektion *Fortschritt Zürich* an. Es folgten weitere Sektionen wie *Excelsior Bern* und *Humanitas Winterthur* sowie *Spes* in Genf und *La Jurassienne* in Le Locle. Auch an Technik-, Gewerbe- und Handelsschulen sowie an Lehrerseminaren breiteten sich Sektionen der abstinenten Verbindung, wie beispielsweise die *Industria* am Technikum in Winterthur, aus. Um auch an den Universitäten präsent zu sein, wurde 1893 die *Libertas* als abstinente Studentenverbindung gegründet. Die *Helvetia*-Mitglieder wechselten mit dem Übertritt an eine Hochschule automatisch zur *Libertas*. Jedoch waren die Mittelschulverbindungen aktiver und stellten jeweils deutlich mehr Sektionen als ihr Pendant an den Universitäten.⁶³⁹ Als gemeinsames Publikationsorgan

637 Ebd., S. 37.

638 Vgl. Trechsel, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, S. 74.

639 Vgl. Heinz Polivka, Wider den Strom. Abstinente Verbindungen in der Schweiz, Bern 2000, S. 13–22; Trechsel, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, S. 74 f.

gaben die abstinenten Verbindungen ab 1896 das *Correspondenzblatt für studierende Abstinenten* (ab 1926: *Junge Schweiz*) heraus.⁶⁴⁰ Neben organisatorischen Informationen und Berichten über die Tätigkeiten der Abstinenzbewegung behandelte die Zeitschrift verschiedenste Themen aus Kunst, Kultur, Wissenschaft und Politik.

Die abstinenten Verbindungen erreichten vor dem Ersten Weltkrieg ihre Blütezeit. 1911 zählte die *Helvetia* 430 Mitglieder und die *Libertas* etwa 100 Mitglieder.⁶⁴¹ Damit waren sie zwar deutlich kleiner als die Erwachsenenvereine der Abstinenzbewegung, aber weil viele ihrer Mitglieder nach dem Studium gesellschaftsrelevante Berufe im Bildungs-, Politik-, Medien- und Gesundheitsbereich ausübten, muss der Einfluss dieser Bewegung deutlich höher eingeschätzt werden.⁶⁴² Neben bekannten Ärzten wie Rüdin und Brupbacher waren auch andere einflussreiche Persönlichkeiten in *Helvetia*- und *Libertas*-Gruppen aktiv, wie beispielsweise der Schriftsteller Felix Moeschlin, der Architekt Hans Bernoulli (1876–1959), der Reformpädagoge Fritz Wartenweiler (1889–1985), der Bundesrichter und SP-Parteipräsident Eugen Blocher (1882–1964) und der erste SP-Bundesrat Ernst Nobs (1886–1957). Viele dieser Personen nutzen in ihren öffentlichkeitswirksamen Positionen die Gelegenheit, ihre Abstinenzideale und Gesundheitspraktiken in der Öffentlichkeit zu verbreiten und für gesundheitsorientierte Freizeitaktivitäten zu werben. Es überrascht auch nicht, dass sich einige davon auch in lebensreformerischen Bewegungen engagierten.

Aus den Reihen der abstinenten Studierenden gingen nicht nur bekannte Männer hervor, die *Helvetia* und *Libertas* gehörten zu den ersten Schüler- und Studentenverbindungen, die auch Frauen als Mitglieder akzeptierten. Das ist darauf zurückzuführen, dass sie nicht nur die Trinksitten und Rituale der alten Verbindungen ablehnten, sondern häufig auch die damit verbundenen Männlichkeitsvorstellungen und patriarchalen Gesellschaftsmodelle infrage stellten.⁶⁴³ So gab es bereits um 1900 an Lehrerinnenseminaren und Töchterschulen erste Versuche, *Helvetia*-Sektionen zu gründen. Weil die Schulleitungen diese

640 Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenten, Offizielles Organ des Centralverbandes der schweiz. akademischen Abstinenzvereine und der „Helvetia“, Abstinentenverbindung an den schweiz. Mittelschulen.

641 Vgl. Trechsel, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, S. 84.

642 Vgl. ebd., S. 78.

643 Vgl. Christian Hadorn, Zeugnis eines verschütteten sozialen Aufbruchs, in: Max Tobler, „Die Welt riss mich“. Aus der Jugend eines freisinnigen Rebellen (1876–1929), Zürich 2015, S. 289 f.

Aktivitäten immer wieder unterdrückten, konnten sich aber erst 1906 erste Frauensektionen wie *Aquilegia* in Aarau und *Lucretia* in Chur etablieren. Ideelle und finanzielle Unterstützung erhielten die Schülerinnen vom 1902 gegründeten *Schweizerischen Bund Abstinenter Frauen* (SBAF).⁶⁴⁴ Jedoch mehrten sich in der *Helvetia* die Stimmen, die gemischtgeschlechtliche Vereinsaktivitäten ablehnten und eine Neustrukturierung der Verbindung verlangten. Letztlich spalteten sich 1911 15 Frauensektionen mit 325 Mitgliedern ab und gründeten den *Schweizerischen Bund abstinenter Mädchen* (SBAM, ab 1927 *Iduna*) als Schwesterorganisation der *Helvetia*.⁶⁴⁵

In der *Libertas* gab es keine abgetrennten Frauensektionen. Schon 1895 organisierten Frauen zusammen mit der Basler *Libertas*-Sektion verschiedene Veranstaltungen. Wenig später wurden Studentinnen in den einzelnen Sektionen geduldet und spätestens 1905 überall als aktive Mitglieder aufgenommen.⁶⁴⁶ Besonders grossen Zulauf erhielt die *Libertas* durch Russinnen, die um 1900 mehr als die Hälfte aller weiblichen Studierenden an Schweizer Universitäten ausmachten.⁶⁴⁷ So betonte beispielsweise Felix Moeschlin rückblickend den grossen Einfluss der russischen Studentinnen auf die politische Ausrichtung in der *Libertas*: „Wir waren Sozialisten, ja sogar Anarchisten und Nihilisten, was zu einem Teil den Russinnen unter uns zu verdanken war, diesen anfänglich mit Verwunderung und Mißtrauen betrachteten, für uns ungewöhnlichen Frauen.“⁶⁴⁸

644 Vgl. Polivka, *Wider den Strom*, S. 18 ff.

645 Vgl. Regula Zürcher, *Von Apfelsaft bis Zollifilm. Frauen für die Volksgesundheit*, Hünibach 1996, S. 322 ff.

646 Vgl. Trechsel, *Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert*, S. 78 f.

647 Vgl. Junge Schweiz (Hg.), *Der Schweizerische Akademische Abstinenterverein Libertas. Geschichte der ersten Libertas, 1893–1922, Vorkämpferin der Abstinenz*, Winterthur 1957, S. 42 f. Weil das Zarenreich die Ausbildungsmöglichkeiten für Frauen – insbesondere jüdischer Herkunft – durch diskriminierende und antisemitische Regelungen eingeschränkt hatte, entwickelte sich die Schweiz mit ihrem liberalen Hochschulsystem zu einem Anziehungspunkt für russische Studierende. Siehe zur Geschichte russischer Studentinnen an Schweizer Hochschulen: Daniela Neumann, *Studentinnen aus dem Russischen Reich in der Schweiz (1867–1914)*, Zürich 1987.

648 Felix Moeschlin, *Wie ich meinen Weg fand*, Basel 1953, S. 28; Junge Schweiz, *Der Schweizerische Akademische Abstinenterverein Libertas*, S. 42 f.

Aufklärungsarbeit, Debattenkultur oder revolutionärer Kampf? Die Aktivitäten der abstinenten Verbindungen um 1900

Das wichtigste Ziel der abstinenten Verbindungen war der Kampf gegen die studentischen Trinksitten. Wie die Erwachsenenorganisationen der Abstinenzbewegung organisierten sie Vorträge und Debatten, um auf die Gefahren des Alkoholkonsums aufmerksam zu machen. Zugleich wurde die Mitgliedschaft an die strikte Einhaltung der Abstinenz gebunden. Wobei sie nicht nur auf Alkohol verzichteten, sondern auch auf verschiedenste andere Drogen.⁶⁴⁹ Im Sinne Gustav von Bunes galten für die abstinenten Studierenden alle berauschenden Substanzen als schwächend, lähmend und gesundheitsschädigend. Weil um 1900 aber nur der Alkohol weitverbreitet und gesellschaftlich anerkannt war, spielten die anderen Drogen bei den Propagandaaktivitäten kaum eine Rolle. Sie wurden implizit mitgedacht, aber in den Publikationen und Reden nur selten thematisiert.⁶⁵⁰ Das Abstinenzpostulat funktionierte dabei auch als starkes Distinktionsmerkmal, mit dem sich die *Helvetia* und *Libertas* von anderen Verbindungen abgrenzten.

Die abstinenten Verbindungen waren jedoch mehr als nur akademische Ableger der Abstinenzbewegung. Ihre Mitglieder beschäftigten sich nicht nur mit dem Kampf gegen den Alkoholkonsum, sondern mit verschiedensten politischen, kulturellen und sozialen Reformbestrebungen. Die Abstinenzforderung bedeutete für sie mehr als nur eine oberflächliche Umgestaltung der Trinksitten und Geselligkeitsformen, es war ein Bruch mit sozialen Konventionen. Einige Jugendliche nahmen den Kampf gegen den Alkohol zum Anlass, um noch weitere Grundfesten der bürgerlichen Gesellschaft infrage zu stellen. An der Alkoholkritik entbrannte ein Generationenkonflikt. So schrieb ein abstinenter Student um 1900 im *Correspondenzblatt*:

Wir wollten die Gymnasiasten aufrütteln zur Kritik, zum Kampf gegen Autoritätsglauben, zum Kampf gegen die Ansicht, dass etwas, weils die ‚Väter‘ so gemacht, auch das allein richtige, das unumstössliche sei.⁶⁵¹

649 Vgl. Statuten der „Helvetia“, Abstinenten-Verein an den schweizerischen Mittelschulen, 1894, in: Sozialarchiv, Fortschritt Zürich, Ar 12.3.4, Statuten.

650 Die Schweiz verbot erst 1924 im Rahmen des ersten schweizerischen Betäubungsmittelgesetzes den privaten Anbau und Konsum von Opium und Kokain. 1951 kamen auch Cannabis und Heroin auf die Verbotsliste. Eine verschärfte Repression setzte jedoch erst 1975 mit der Revision des Betäubungsmittelgesetzes ein: vgl. Ruckstuhl/Ryter, Von der Seuchenpolizei zu Public Health, S. 225 f.

651 Vogler, Was wir wollten, in: Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente, 3/2 (1898), S. 13 f.

Auch Felix Moeschlin schwärmte rückblickend in seiner Autobiografie von der jugendlichen Aufbruchsstimmung und Konfliktbereitschaft: „Hatten wir dem Rausche alter Art abgeschworen, so berauschten wir uns dafür umso stärker an Zukunftsträumen.“ Der Kampf gegen den Alkohol habe „die Freude an neuen Ideen“ befeuert und „die Kampfeslust, für eine gerechtere Welt einzutreten“, angeregt.⁶⁵² Auch andere Mitglieder berichteten über die anregende Atmosphäre in den abstinenten Verbindungen. So beschrieb beispielsweise Max Tobler (1876–1929) sein erstes Aufeinandertreffen mit der St. Galler *Helvetia*-Gruppe als intellektuelles Erweckungserlebnis:

Ich war ganz erschüttert von dieser neuen Erfahrung. Begriffen hatte ich ja nichts, aber um so gewaltiger war für mich das Bewusstsein, dass da Dinge von ungeheurer Tragweite besprochen worden seien und dass da eine Gesellschaft und eine Welt existieren, von denen ich noch keine Ahnung habe, und die doch viel grösser seien als alles, was ich je zu Hause oder in der Schule gehört. Wo war ich unschuldiger, braun gelockter Knabe hingeraten?⁶⁵³

Später, als Tobler an der Universität Zürich Zoologie studierte, traf er sich regelmässig mit den Mitgliedern der *Libertas* an einem abstinenten Stammtisch im *Café Metropol* an der Fraumünsterstrasse. Anstatt sich wie die anderen Verbindungsstudenten zu betrinken, diskutierten die abstinenten Studierenden bis tief in die Nacht hinein über Gott und die Welt:

Alle schienen dort einen Lebenszweck zu suchen und nicht zu finden, und doch kamen sie immer wieder und sassens oftmals bis morgens um vier Uhr. Und je später es wurde, umso dämmerhafter und unklarer erschien der Sinn des Lebens und umso schwerer wurde es, nach Hause zu gehen.⁶⁵⁴

Diese Debattenkultur baute Tobler 1900 mit dem sogenannten *Storchenclub* weiter aus. Dort trafen sich an einigen Veranstaltungen bis zu 100 Studierende, um sich Vorträge und Diskussionen über Politik, Wirtschaft und Kultur anzuhören.⁶⁵⁵

652 Moeschlin, *Wie ich meinen Weg fand*, S. 28; Moeschlin begann sich während seiner Studienzeit mit naturphilosophischen Werken wie Walt Whitmans *Leaves of Grass* oder Henri Thoreaus *Walden* zu beschäftigen: vgl. Moeschlin, *Wie ich meinen Weg fand*, S. 25 f.

653 Max Tobler, „Die Welt riss mich“. Aus der Jugend eines freisinnigen Rebellen (1876–1929), Zürich 2015, S. 68.

654 Ebd., S. 159.

655 Vgl. Hadorn, *Zeugnis eines verschütteten sozialen Aufbruchs*, S. 294 f.

Einen Schritt weiter ging der Gründer der Zürcher *Libertas*-Sektion Fritz Brupbacher. Er wollte nicht nur über Politik diskutieren, sondern die abstinenten Jugendlichen zum Protest gegen die bürgerliche Gesellschaft anspornen. Brupbacher zeigte sich vor allem vom russischen Nihilismus und dessen Furor gegen alles Kleinbürgerliche und Spiessige begeistert. Darum rief er in seiner kurzzeitig erschienenen Zeitschrift *Junge Schweiz* (1899–1900) die abstinenten Studierenden zur Gründung einer *Schweizerischen antireaktionären Gesellschaft* auf. Diese neue Vereinigung sollte „die Jugend beider Geschlechter an Gymnasien, Sekundar-, Industrieschulen, Seminaren, Universitäten, Polytechnikum etc.“ versammeln, um alle autoritären Strukturen in der Gesellschaft abzubauen.⁶⁵⁶ Dazu schrieb Brupbacher rückblickend in seiner Autobiografie:

Die Aufgabe der ‚Jungen Schweiz‘ war, die Jugend der Mittelschulen und der Universitäten in Brand zu setzen. Sie zu revolutionieren gegen Schule, Eltern und Vaterland. Ich träumte von einer Jugend, die sich revolutionieren ließ. Sie suchte ich als Verbündete gegen meinen Hauptfeind, den Spießbürger, und dachte, die Jugend empfinde ihn auch als solchen.⁶⁵⁷

Diese politischen Ideen eignete sich Brupbacher im Umfeld der russischen Studentinnen und den anarchistischen Kreisen in Zürich an. Dort begann er nicht nur anarchistische Klassiker wie Pjotr Kropotkin (1842–1921) zu lesen, sondern entdeckte auch individualanarchistische Denker wie Max Stirner (1806–1856).⁶⁵⁸ Im Unterschied zum marxistischen Klassenkampf legte Brupbacher seine Hoffnung auf einen „Kultursozialismus“, der die Menschen durch Bildung zum Umdenken anregt und eine anarchosyndikalistische Gesellschaftsform anstrebt, in der sich Individuen und kleine Gruppen selbst organisieren und die Produktionsmittel in genossenschaftlicher Zusammenarbeit verwalten.⁶⁵⁹

656 Fritz Brupbacher, *Schweiz. antireaktionäre Gesellschaft*, in: *Junge Schweiz*, Zwanglos erscheinende Zeitschrift, 1/1 (1899), S. 19.

657 Fritz Brupbacher, *60 Jahre Ketzler. Selbstbiographie: „Ich log so wenig als möglich“*, Zürich 1981, S. 81.

658 Vgl. Andreas Petersen, *Radikale Jugend. Die sozialistische Jugendbewegung der Schweiz 1900–1930*, Zürich 2011, S. 213 ff.; siehe zum Individualanarchismus u. a.: Maurice Schuhmann, *Individualanarchismus. Staatskritik und alternative Gesellschaftsorganisation*, in: Peter Seyferth (Hg.), *Den Staat zerschlagen! Anarchistische Staatsverständnisse*, Baden-Baden 2015, S. 85–104.

659 Vgl. Petersen, *Radikale Jugend*, S. 215–223, zitiert S. 217; siehe zu präfigurativen Handlungsstrategien: Luke Yates, *Rethinking Prefiguration. Alternatives, Micro-politics and Goals in Social Movements*, in: *Social Movement Studies*, 14/1 (2015), S. 1–21.

Dabei wählte er einen präfigurativen Ansatz, bei dem die Menschen nicht auf das bessere Leben nach einer geglückten Revolution vertröstet werden, wie es typischerweise in den meisten marxistischen Strömungen zu finden ist, sondern die vorherrschende Situation durch direkte Handlungen verändert wird. Damit glich Brupbachers Ansatz den selbstreformerischen Postulaten der lebensreformerischen Akteure, die ebenfalls durch konkrete Massnahmen und individuelle Selbstveränderung einen sozialen Wandel anstrebten. So ist es nicht überraschend, dass es immer wieder Überschneidungen zwischen diesen beiden Strömungen gab. Wie die Historikerin Carolin Kosuch in ihrer Dissertation über Fritz Mauthner (1849–1923), Gustav Landauer (1870–1919) und Erich Mühsam (1878–1934) zeigte, trafen sich anarchistische und lebensreformerische Akteure um 1900 unter anderem auf dem Monte Verità.⁶⁶⁰ Individualanarchistische Gesellschaftsentwürfe hielten in den 1920er und 1930er Jahren auch Einzug in die lebensreformerisch-freiwirtschaftlichen Kreise der Schweiz.⁶⁶¹

Brupbacher und Tobler wandten sich nach 1900 der Arbeiterbewegung zu, um ihre anarchistischen Sozialreformen zu propagieren. Tobler wurde Redakteur der sozialdemokratischen Zeitung *Volksrecht* (1904–1910) und Präsident der *Arbeiterunion* (1904–1908). Brupbacher versuchte ab 1901 als Arzt im Züricher Arbeiterviertel Aussersihl die Lebensbedingungen der Arbeiter und Arbeiterinnen mit konkreten Gesundheitsmassnahmen zu verbessern.⁶⁶² Seine politischen Ideen propagierte er zugleich in der 1906 gegründeten Jugendorganisation der *Sozialdemokratischen Partei*, den sogenannten *Jungburschen* (ab 1911: *Sozialdemokratische Jugendorganisation der Schweiz*). Unter der Leitung von Willi Münzenberg (1889–1940) schlossen sich bis 1914 1500 Jugendliche in 53 Ortsgruppen zusammen.⁶⁶³ Ab 1909 schrieb er zahlreiche Artikel im Publikationsorgan der Jungsozialisten, der Zeitschrift *Der Jungbursche* (ab 1911: *Freie Jugend*). Zugleich entwickelte sich seine Broschüre *Der Zweck des Lebens* (1911) zu einem der einflussreichsten Texte in der sozialistischen Jugendorganisation.⁶⁶⁴

660 Vgl. Carolin Kosuch, *Missratene Söhne. Anarchismus und Sprachkritik im Fin de Siècle*, Göttingen/Bristol 2015; siehe dazu auch: Ulrike Voswinkel, *Freie Liebe und Anarchie. Schwabing - Monte Verità. Entwürfe gegen das etablierte Leben*, München 2009.

661 Dazu mehr im Kapitel 6.1 und 6.2.

662 Vgl. Petersen, *Radikale Jugend*, S. 214 ff.

663 Vgl. ebd., S. 224 f.

664 Vgl. ebd., S. 219 f.

Wandern und „Bummeln“ statt revolutionärer Kampf: Die Freizeitaktivitäten der abstinenten Studierenden

Brupbachers Forderungen waren für die meisten *Helvetia*- und *Libertas*-Mitglieder zu radikal. Sie strebten zwar auch einen sozialen Wandel an, jedoch keinen Bruch mit der bürgerlichen Gesellschaft. So bezeichnete ein abstinent Student Brupbachers anarchistische Pläne im *Correspondenzblatt* schlichtweg als „Quatsch“, den man nicht mit der „Abstinenzsache“ vermengen solle.⁶⁶⁵ Brupbacher beklagte sich später in seiner Autobiografie bitter über die braven Studenten, die zwar über die gesellschaftlichen Verhältnisse schimpften, jedoch nichts daran ändern wollten:

Ich wußte, daß meine allernächsten Freunde nur im stillen Kämmerlein sich gegen die Spießwelt empörten, daß sie aber schon Angst hatten, sich mit mir auf der Hauptstraße unserer Vaterstadt sehen zu lassen. Ganz wußte ich ja noch nicht, daß sie aller Feigheiten und aller Zynismen fähig waren, um ein ordentliches Plätzchen unter den Spießbürgern einzunehmen, um Aktuar und Präsident in deren Vereinen zu werden. Erst nach weiteren vierzig Jahren wurde mir so recht klar, wie viele Verräterkeime sich hinter den idealistischen Phrasen und Weltschmerzleien verbargen.⁶⁶⁶

Mit seiner Einschätzung lag Brupbacher gar nicht so falsch. Nachdem politisch aktive Studierende die abstinenten Verbindungen verlassen hatten, zogen sich die *Helvetia*- und *Libertas*-Mitglieder zunehmend ins Private zurück. Nicht für politische Aktionen, sondern für gesunde Freizeitaktivitäten interessierten sie sich. Wie von Gustav von Bunge angeregt, organisierten nach 1900 immer mehr Sektionen Spaziergänge, Ausflüge und Wanderungen.⁶⁶⁷

Das Wandern hatte als Freizeitaktivität schon im Verlauf des 19. Jahrhunderts in bürgerlichen Gesellschaftsschichten an Bedeutung gewonnen. Wie die Historikerin Gudrun König betont, entwickelte es sich sogar zum „Symbol bürgerlicher Familienkultur“.⁶⁶⁸ Vor allem die Stadtbewohner und

665 Walther Weibel, „Junge Schweiz“, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenten*, 4/2 (1899), S. 32.

666 Brupbacher, 60 Jahre Ketzer. Selbstbiographie: „Ich log so wenig als möglich“, Zürich 1981, S. 81 f.

667 Vgl. Stefan Rindlisbacher/Eva Locher, Abstinente Jugendliche im Höhenrausch. Nüchternheit, Leistung und gesunder Lebensstil in der Schweizer Abstinenz- und Lebensreformbewegung (1885–1978), in: *Body Politics, Zeitschrift für Körpergeschichte*, 6/10 (2018), S. 87–91.

668 Gudrun König, *Eine Kulturgeschichte des Spazierganges. Spuren einer bürgerlichen Praktik, 1780–1850*, Wien/Köln/Weimar 1996, S. 13.

-bewohnerinnen versuchten mit Ausflügen aufs Land, die verloren geglaubte Verbindung zur Natur wiederzugewinnen. Zugleich sollte es auch der kulturellen Bildung dienen. Neben romantischen Naturlandschaften besuchten die Wanderer auch historische Orte und Kulturdenkmäler oder reisten aufs Land, um die bäuerliche Bevölkerung mit ihren Traditionen und Bräuchen kennenzulernen. Mit der aufkommenden Industriegesellschaft diente das Spazieren und Wandern auch zunehmend der körperlichen und geistigen Erholung vom stressigen Stadtleben und der anstrengenden Erwerbsarbeit.⁶⁶⁹

Die abstinenten Studierenden adaptierten diese bürgerliche Wandertradition, um ihren Mitgliedern attraktive Freizeitaktivitäten als gesund deklarierte Alternativen zum Wirtshausbesuch zu ermöglichen. Eine Vorreiterrolle nahm dabei die Basler *Helvetia*-Sektion *Intrepida* ein. Zu dieser Gruppe gehörten unter anderem der spätere Architekt Hans Bernoulli⁶⁷⁰ und der Literaturkritiker und Feuilletonredaktor der Basler *National-Zeitung* Otto Kleiber (1883–1969)⁶⁷¹. Die Schüler der Basler Gewerbeschule dokumentierten ihre Wanderungen und Ausflüge zwischen 1896 und 1905 in einem knapp 100-seitigen Buch mit „Wanderbildern“.⁶⁷² Neben Wanderberichten und Gedichten klebten die Jugendlichen auch Fotos in ihr Wanderbuch ein und illustrierten die Ausflüge mit kunstvollen Zeichnungen und Aquarellen. Mehrere Landschaftsmalereien und Skizzen von Kirchen, Kapellen und Burganlagen stammen vom späteren Kunstmaler Karl Hügin (1887–1963)⁶⁷³. Auch einige Alltagsobjekte wie getrocknete Blätter

669 Vgl. ebd., 13 ff.

670 Hans Bernoulli spielte später eine wichtige Rolle in der Schweizer Freiwirtschaftsbewegung und dem Aufbau lebensreformerischer Gartenstädte. Siehe dazu Kapitel 6.2 und 6.3.

671 Otto Kleiber verfasste später auch Beiträge für das *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*. Nach seinem Biologiestudium arbeitete er ab 1919 bei der Basler *National-Zeitung* und blieb bis 1953 für das Feuilleton verantwortlich. In der Zeit des Nationalsozialismus ermöglichte er vielen Exil-Schriftstellern und Schriftstellerinnen in der *National-Zeitung* zu veröffentlichen. Kleiber pflegte unzählige Kontakte mit bekannten Autoren und Autorinnen wie Friedrich Glauser, Hermann Hesse, Else Lasker-Schüler oder Annemarie Schwarzenbach: vgl. Martin Steinmann, Otto Kleiber, der „hochzuverehrende Herr Redakteur“. Die Neuerwerbung des Feuilleton Archivs durch die Universitätsbibliothek Basel, in: *Librarium, Zeitschrift der Schweizerischen Bibliophilen Gesellschaft*, 49/1 (2006), S. 42–57.

672 *Intrepida* Wanderbilder, 1896, in: Sozialarchiv, Wandervogel, Ar 19.104.15.

673 Karl Hügin wurde vor allem durch seine neoklassizistischen Fresken und Mosaik bekannt. Seine Darstellungen zeigen vor allem Menschen in Alltagssituationen, insbesondere beim Sport oder anderen Freizeitaktivitäten. 1916 besuchte er den Künstler Otto Meyer (1885–1933) in der Künstlerkolonie Grappenhof in Amden.

und Blumen, Eintrittskarten, Bahntickets und Postkarten klebten die Jugendlichen in ihr Wanderbuch.

Die *Intrepida* betitelte ihre Ausflüge als „Bummel“. Diesen Begriff entliehen die abstinenten Studierenden den traditionellen Studentenverbindungen, die damit einen streng ritualisierten Ausflug zu Verbindungsbrüdern oder Altherren in anderen Universitätsstädten bezeichneten. In der abstinenten Verbindung handelte es sich dabei aber lediglich um Freizeitaktivitäten ohne protokollarische Vorgaben. Die *Intrepida* organisierte unter anderem Wanderungen zu nahegelegenen Orten wie Rheinfelden, Riehen oder Dornach. Es gab aber auch längere Ausflüge mit dem Zug zur Habsburg, Grasburg oder in die historische Altstadt Fribourgs. Damit umfasste das vielfältige Freizeitprogramm sowohl Naturerlebnisse als auch kulturelle Aktivitäten im urbanen Raum. Wie in der bildungsbürgerlichen Wanderpraxis galt es nicht nur die Landschaften kennenzulernen, sondern auch Menschen, Sitten und Kulturdenkmäler. Nicht selten führten die Ausflüge deshalb auch zu historischen Bauwerken wie Burgen und Schlösser, ebenso wie zu Kunstausstellungen und Museen. Beispielsweise dokumentierten die abstinenten Studenten am 17. September 1900 in ihrem Wanderbuch einen Ausflug zur Basler Kunsthalle. Dort besuchten sie eine Ausstellung mit Jugendstilkunst und impressionistischen Werken von Richard Ranft (1862–1931), Théophile-Alexandre Steinlen (1859–1923) und Eugène Vibert (1875–1937).⁶⁷⁴

Nach 1900 berichteten immer mehr Sektionen im *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente* über ihre Ausflüge zu stadtnahen Wäldern oder zu bekannten Touristenzielen wie der Rütli-Wiese am Vierwaldstättersee. Neben diesen gemütlichen Spaziergängen gab es dann auch anstrengendere Wanderungen und Bergtouren, die unter anderem auf die Rigi oder den Pilatus führten.⁶⁷⁵ Auf der Suche nach unberührter Natur zog es die Jugendlichen immer häufiger in die Schweizer Alpen. Dieser Wandel der Freizeitaktivitäten lässt sich unter anderem an den Foto- und Wanderbüchern der verschiedenen Gruppen ablesen. Im Unterschied zum Wanderbuch der *Intrepida*, das zahlreiche Stadtbilder zeigte, schmückte eine andere *Libertas-Sektion* bereits 1905 ihr Wanderbuch fast nur noch mit Naturansichten.⁶⁷⁶

Zusammen mit Meyer arbeitete er ab 1928 als Lehrer an der Zürcher Kunstgewerbeschule: vgl. Silvia Volkart/Lukas Gloor, Karl Hügin, Zürich 1987, S. 34 ff.; siehe zum Grappenhof auch Kapitel 6.3.

674 *Intrepida* Wanderbilder, 1896, in: Sozialarchiv, Wandervogel, Ar 19.104.15.

675 O. A., „Funken“, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 2/3 (1897), S. 21.

676 Vgl. Fotoalbum „*Libertas*“, ca. 1905–1907, in: Staatsarchiv Bern, V SVst 91.

4.2 Bergtouren, Volksmusik und Lagerfeuerromantik: *Der Schweizer Wandervogel*

„Ein mächtiges Feuer lodert empor und die Feldküche wird eröffnet“: Die erste Jugendbewegung im deutschsprachlichen Raum

Eine ähnliche Entwicklung studentischer Freizeitaktivitäten wie in der Schweiz liess sich um 1900 auch in Deutschland beobachten. Der Jurastudent Hermann Hoffmann-Fölkersamb (1875–1955) führte seit 1896 mit Schülern des Steglitzer Gymnasiums Wanderungen in Brandenburg und mehrtägige Fahrten durch andere dünn besiedelte Gebiete wie die Lüneburger Heide, den Harz oder die Rhön durch. Er legte damit den Grundstein für die Entstehung der Wandervogelbewegung, die als erste bürgerliche Jugendbewegung im deutschsprachigen Raum gilt.⁶⁷⁷ Sein Nachfolger Karl Fischer (1881–1941) rief 1901 in Absprache mit Eltern, Lehrern und dem Direktor des Steglitzer Gymnasiums den *Wandervogel – Ausschuss für Schülerfahrten* ins Leben. Weil jedoch minderjährige Schüler unter 21 Jahren nach preussischem Recht keine Vereine gründen durften, wurde die Jugendorganisation seit ihrer Gründung immer auch stark durch Erwachsene beeinflusst. Zum Unterstützerkreis gehörte beispielsweise der Schriftsteller und Universitätsprofessor Heinrich Albrecht (1856–1931), der im *Wandervogel* ein bildungsbürgerliches Instrument zur Erziehung der städtischen Jugend erkannte.⁶⁷⁸

Wie der Historiker Ulrich Aufmuth betont, hatten die Jugendlichen in der Wandervogelbewegung „bemerkenswerte neue Freiheiten“, die jedoch nicht einem „Akt souveräner Selbstbefreiung der Jugend“ entsprungen seien,

677 Siehe zur Entstehung der Wandervogelbewegung: Winfried Mogge, Aufbruch einer Jugendbewegung. Wandervogel: Mythen und Fakten, in: Sabine Weissler (Hg.), Fokus Wandervogel. Der Wandervogel in seinen Beziehungen zu den Reformbewegungen vor dem Ersten Weltkrieg, Marburg 2001, S. 9–25. Die historische Forschungsliteratur zur bürgerlichen Jugendbewegung ist äusserst umfangreich. Erste quellenkritische Arbeiten erschienen in den 1960er und 1970er Jahren: Walter Laqueur, Die deutsche Jugendbewegung. Eine historische Studie, Köln 1962; siehe für neuere Studien u. a.: Ulrich Herrmann (Hg.), „Mit uns zieht die neue Zeit...“. Der Wandervogel in der deutschen Jugendbewegung, Weinheim/München 2006; Barbara Stambolis (Hg.), Die Jugendbewegung und ihre Wirkungen. Prägungen, Vernetzungen, gesellschaftliche Einflussnahme, Göttingen 2015.

678 Vgl. Heinrich Albrecht, Geleitwort, in: Wandervogel, Illustrierte Monatsschrift, 1/1 (1904), S. 2.

sondern vielmehr von Erwachsenen unterstützt oder sogar initiiert wurden.⁶⁷⁹ Es handelte sich dabei nicht um einen Aufstand der Jugendlichen gegen die Elterngeneration, wie es sich der einflussreiche Wandervogelchronist Hans Blüher (1888–1955) schon 1912 in seiner zweibändigen *Geschichte einer Jugendbewegung* ausmalte. Die Jugendlichen erhielten einen Freiraum zur Persönlichkeitsentwicklung, der sich jedoch auf einen „engen, ziemlich eindeutig umgrenzbaren Bereich jugendlichen Lebens“ beschränkte: nämlich die Freizeit. Nach ihren Ausflügen kehrten die Wandervögel wieder in ihr „bürgerliches Dasein“ zurück.⁶⁸⁰

In der Praxis grenzten sich die Wandervögel zumindest in ihrer besonderen Art zu reisen von der bürgerlichen Gesellschaft ab: Sie übernachteten in einfachen Zelten oder auf Heuböden, gingen die meisten Wege zu Fuss und kochten am offenen Feuer. Dieses typische Wandervogelleben vermittelten sie in eigenen Zeitschriften wie *Wandervogel*, *Illustrierte Monatsschrift* (ab 1906: *Zeitschrift des Bundes für Jugendwanderungen*, „*Alt-Wandervogel*“). Darin inszenierten sie die Einfachheit ihrer Wanderungen als romantisiertes Ideal einer mit der Natur verbundenen Lebensweise. So berichtete beispielsweise eine Wandervogelgruppe von ihrem Ausflug in den Schwarzwald:

Müde von langem Marsch, läßt alles sich am Waldrand nieder. Doch bald kommt Leben in die Horde. Ein mächtiges Feuer lodert empor und die Feldküche wird eröffnet. Zwar raucht das Feuer tüchtig, daß unserm hagen Küchenchef die Augen tränen. Nachdem der Schlamm zu Ende ist, lassen die einen sich am Feuer rösten, andere halten drüben am Wasser große Wäsche, wieder ein anderer bringt seine Erlebnisse zu Papier und rechnet mit sorgenvoller Miene, ob wohl der ‚Draht‘ ihm reicht. Als dann der Mond hinter den dunklen Tannen emporsteigt und das Feuer langsam erlischt, da ziehen wir uns in die warme Scheune zurück. Noch ein munteres Lied, und alles schläft. Leise bimmeln die ganze Nacht hindurch die Glocken der Kühe im nahen Stall, doch wenig stört dies unsere Ruhe.⁶⁸¹

In den zahlreichen Wandervogelzeitschriften gab es unzählige, vergleichbare Reiseberichte, die manchmal nüchtern die Ereignisse wiedergaben, jedoch oft einem für die Wandervögel typischen, emphatischen Stil folgten. Wie der Historiker Rüdiger Ahrens betont, versuchten die Wandervögel mit dieser

679 Aufmuth, *Die deutsche Wandervogelbewegung unter soziologischem Aspekt*, S. 187.

680 Ebd., S. 188.

681 F. Knarr, *Bilder von unserer Vogesen- und Schwarzwald-Fahrt*, in: *Der Wandervogel, Zeitschrift des Bundes für Jugendwanderungen*, „*Alt-Wandervogel*“, 2/1 (1907), S. 5.

Schreibpraxis, die flüchtige Wandervogelerfahrung in „dauerhafte, sublimierte Formen zu gießen.“⁶⁸²

Mit ihren neuartigen Freizeitaktivitäten für Jugendliche hatten die Wandervögel so grossen Erfolg, dass sich die Bewegung innert kürzester Zeit im gesamten deutschsprachigen Raum ausbreitete. Ihre Blütezeit erreichte sie vor dem Ersten Weltkrieg. Bis 1914 schlossen sich etwa 25'000 Jugendliche in sehr unterschiedlichen, lokalen und überregionalen Wandervogelbünden zusammen. In diesen wenigen Jahren erlebte die Wandervogelbewegung aber auch zahlreiche Kontroversen, Abspaltungen und Neugründungen. Oft führten persönliche Auseinandersetzungen über die Ziele und Strategien oder lokale Autonomiebestrebungen zum Bruch. Schon 1904 spaltete sich der sogenannte *Alt-Wandervogel* vom ursprünglichen *Steglitzer Verein* ab.⁶⁸³

Wenige Jahre später drohte der Streit über die Alkoholabstinenz die Bewegung erneut zu spalten. Im Unterschied zur Schweizer *Helvetia* und *Libertas* kannten die ersten deutschen Wandervogelgruppen keine Vorschriften gegen Alkohol- und Drogenkonsum. Die Ausflüge glichen vielmehr den studentischen Verbindungsritualen mit geselligen Abenden im Wirtshaus mit viel Alkohol und Tabak.⁶⁸⁴ Das ist darauf zurückzuführen, dass sich die akademische Abstinenzbewegung in Deutschland nur zögerlich ausbreitete. Das *Correspondenzblatt* der *Helvetia* und *Libertas* berichtete zwar 1899 von einem *Verein abstinenter Studierender* in Berlin.⁶⁸⁵ Jedoch hatte die Gruppe gerade einmal sieben Mitglieder – davon ein „Althelvetianer von St. Gallen“. Tatsächlich waren es vor allem Studierende aus der Schweiz, die um 1900 die Gründung abstinenter Studentenverbindungen an deutschen Universitäten anregten. So wurden beispielsweise die Statuten des Berliner Vereins nach „schweizerischem

682 Rüdiger Ahrens, *Bündische Jugend. Eine neue Geschichte 1918–1933*, Göttingen 2015, S. 29; siehe dazu auch Stefan Rindlisbacher, *Jugendzeitschriften zwischen Wandervogel und Lebensreform (1904–1924)*, in: Aline Maldener/Clemens Zimmermann (Hg.), *Let's historize it! Jugendmedien im 20. Jahrhundert*, Köln 2018, S. 41 ff.

683 Vgl. Mogge, *Aufbruch einer Jugendbewegung*, S. 9–25.

684 Vgl. Ulrich Linse, „Wir sträuben uns auch ein wenig gegen fanatische Reformer“. Jugendbewegter Lebensstil oder lebensreformerische Jugenderziehung? In: Ulrich Herrmann (Hg.), „Mit uns zieht die neue Zeit...“. *Der Wandervogel in der deutschen Jugendbewegung*, Weinheim/München 2006, S. 210 f.

685 Vgl. Alfred Rühl, *Verein abstinenter Studierender Berlin*, in: *Correspondenzblatt für studierende Abstinente*, 4/1 (1899), S. 8 ff. An den Sitzungen soll auch der spätere Pionier der Sexualforschung Magnus Hirschfeld (1868–1935) teilgenommen haben.

Muster“ formuliert und das *Correspondenzblatt* diene den Berliner Studierenden als Publikationsorgan.⁶⁸⁶

Erst 1903 bildeten die abstinenten Studierenden in Berlin zusammen mit Abstinenzgruppen in Kiel und Heidelberg den *Deutschen Verband abstinenter Studenten* (ab 1906 *Deutscher Bund abstinenter Studenten*). Auch die Aktivitäten dieser Dachorganisation wurden weiterhin im Schweizer *Correspondenzblatt* veröffentlicht. Auf der Ebene der Mittelschulen bildete sich bereits 1902 eine erste, abstinente Verbindung. Schüler und Schülerinnen aus einem Nürnberger Gymnasium und der *Hermann-Lietz-Schule* in Haubinda – darunter Auguste Forels Sohn Edouard Forel (1884–1910) – schlossen sich zur *Germania: Bund abstinenter Schüler* zusammen.⁶⁸⁷ Nach eigenen Angaben hatte die *Germania* 1913 um die 1000 Mitglieder, davon 700 Schüler und Schülerinnen.⁶⁸⁸ Der *Deutsche Bund abstinenter Studenten* erreichte seinen Höhepunkt 1912 mit 272 aktiven und 236 Alt-Mitgliedern.⁶⁸⁹ Damit lagen die beiden studentischen Abstinenzorganisationen in der Grössenordnung der Schweizer Abstinenzverbindungen *Helvetia* und *Libertas*.

Aus den Kreisen der abstinenten Schüler- und Studentenverbindungen drang die Abstinenzidee zunehmend in den Wandervogel ein. Vor allem einzelne Gruppenführer wie Ferdinand Vetter (1877–1915) nutzten die Wandervogelbewegung, um ihren Kampf gegen den Alkohol voranzutreiben. So forderte er Mitglieder der *Germania* und des *Deutschen Verbands abstinenter Studenten* dazu auf, sich gezielt in Wandervogelgruppen zu engagieren, um dort für ihre Abstinenzideale zu werben. Weil Vetter in der Bundesversammlung des *Alt-Wandervogels* für seine Forderungen keine Unterstützung erhielt, gründete er

686 Paul Usteri, Abstinenterverein Berlin, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenter*, 4/11 (1900), S. 185.

687 Das Schweizer *Correspondenzblatt* berichtete über die Gründung: „Die bis jetzt bestehenden Sektionen sind: D.L.E.H. Haubinda in Thüringen (30 Mitgl.), ‚Franconia‘ Nürnberg (24). Am Landerziehungsheim für Mädchen in Stolpe bei Berlin (7). In Hamburg (5). Ferner vereinzelte Mitglieder in Flensburg (2), in Bonn (3), in Schlesien (5). In Kiel arbeitet der Verein abstinenter Studenten (10 Mitgl.) an der Gründung eines Schülervereins.“: o. A., Aus Deutschland, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenter*, 6/12 (1902), S. 215; siehe zu Edouard Forel: Forel, Rückblick auf mein Leben, S. 309; Bugmann, Hypnosepolitik, S. 267 ff.

688 Vgl. o. A. „Germania“ / Abstinenterbund an deutschen Schulen, in: Arthur Kracke (Hg.), *Freideutsche Jugend. Zur Jahrhundertfeier auf dem Hohen Meißner*, Jena 1913, S. 15.

689 Vgl. Sigrid Bias-Engels, *Zwischen Wandervogel und Wissenschaft. Zur Geschichte von Jugendbewegung und Studentenschaft 1896–1920*, Köln 1988, S. 45.

1907 unter dem Namen *Wandervogel: Deutscher Bund für Jugendwanderungen* einen neuen, strikt alkoholabstinenten Wandervogelbund.⁶⁹⁰

Von der Abstinenzpropaganda zum Freizeiterlebnis: Die Entstehung des *Schweizer Wandervogels*



Abbildung 5: Abstinenten Studenten und deutsche Wandervögel besuchten 1906 das Zentralfest der Helvetia. Der für die Wandervogelbewegung typische Kleidungsstil setzte sich erst später durch.

Nachdem die abstinenten Jugendlichen aus der Schweiz den Aufbau der studentischen Abstinenzgruppen in Deutschland unterstützt hatten, kam nun die deutsche Wandervogelbewegung mit ihrer typischen Art zu Reisen und die

⁶⁹⁰ Vgl. Linse, „Wir sträuben uns auch ein wenig gegen fanatische Reformer“, S. 213–216.

Freizeit zu gestalten über die gleichen Kanäle zurück in die Schweiz. Nicht nur das *Correspondenzblatt* förderte den Austausch zwischen den Jugendlichen, vor allem auch direkte Treffen zwischen Schweizer *Helvetia*- und deutschen *Germania*-Mitgliedern regten den Transfer der Wandervogelidee in die Schweiz an. So besuchte beispielsweise der Zentralpräsident der *Helvetia* im Frühjahr 1906 die Jahresversammlung der *Germania* und abstinente Schüler aus Stuttgart statteten im gleichen Jahr dem Zentralfest der *Helvetia* in Basel einen Besuch ab. Weil die deutschen Abstinente auch Wandervögel waren, legten sie die Strecke zu Fuss zurück. Auch im darauffolgenden Jahr nahm ein *Germania*-Mitglied am Zentralfest der *Helvetia* teil und berichtete dort begeistert über die Wandervogelbewegung in Deutschland. Kurz danach wurden bereits die ersten Wanderungen nach deutschem Vorbild in der Schweiz durchgeführt.⁶⁹¹

Im Anschluss an das 16. Zentralfest der *Helvetia* 1908 in Zürich wurde die Gründung des *Schweizer Wandervogels* unter dem Namen *Schweizerischer Bund abstinenter Jugendwanderungen* bekannt gegeben.⁶⁹² Der neue Jugendbund bezweckte die „Hebung des Jugendwanderns durch Veranstaltung und Unterstützung von kleinern und grössern Fusswanderungen auf dem Prinzipie möglichster Einfachheit.“ Zugleich blieb die „alkoholfreie Lebensweise“ ein fester Bestandteil des Vereinslebens. Die Gründungsstatuten sahen sogar eine „Auflösung des Bundes“ vor, sollte dieses Prinzip geändert werden.⁶⁹³ In der Anfangszeit konnten nur Mitglieder der *Helvetia* und *Libertas* in den *Schweizer Wandervogel* eintreten. Mit diesen strikten Regeln versuchten sich die Schweizer Wandervögel von den deutschen Wandervogelgruppen und deren „Schlemmtouren“ mit obligatem Wirtshausbesuch abzugrenzen und stattdessen die eigene Herkunft aus der studentischen Abstinenzbewegung zu betonen.⁶⁹⁴

Um schneller wachsen zu können, öffnete sich der *Schweizer Wandervogel* bereits kurz nach seiner Gründung auch für Jugendliche ausserhalb der abstinenten Verbindungen. Dadurch überflügelte er innert kürzester Zeit die Mitgliederzahlen der *Helvetia* und *Libertas*. Nach einem Jahr hatte er bereits 384 Mitglieder.⁶⁹⁵ Weil immer mehr Nichtabstinente in die Jugendorganisation drängten, verlor das

691 Vgl. Fritz Baumann, *Der Schweizer Wandervogel. Das Bild einer Jugendbewegung*, Aarau 1966, S. 8 ff.

692 Vgl. Karl Matter, *Freie Jugend. Vom schweizerischen Wandervogel und seinen Zielen*, Aarau 1914, S. 12 f.

693 O. A., Statuten des „Wandervogel“. *Schweizer. Bund für Jugendwanderungen*, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 12/7 (1908), S. 234.

694 O. A., *Zum Kapitel Wandervogel*, in: *Wandervogel*, 1/6 (1909), S. 45.

695 Vgl. Baumann, *Der Schweizer Wandervogel*, S. 11.

Abstinenzideal an Bedeutung. Die neuen Mitglieder führten ihre Wanderungen zwar weiterhin ohne Alkohol durch, für die Abstinenzpropaganda interessierten sie sich aber nicht. Vielmehr stellten sie das Wandern als gesunde Freizeitaktivität in den Vordergrund ihrer Aktivitäten. Das führte zu einer voranschreitenden Entfremdung des *Schweizer Wandervogels* von der studentischen Abstinenzbewegung. Diese Entfremdung wurde dadurch verstärkt, dass die Wandervögel ab 1909 ihre Aktivitäten nicht mehr im *Correspondenzblatt* der abstinenten Studentenverbindungen veröffentlichten, sondern unter dem Titel *Wandervogel: Offizielles Organ des „Wandervogel“, Schweiz. Bundes für Jugendwanderungen* eine eigene Zeitschrift herausgaben. Das sogenannte *Blättli* enthielt Mitteilungen des Bundesvorstandes, praktische Informationen und eine Liste der bevorstehenden Wanderungen.⁶⁹⁶

Die schleichende Abspaltung wurde 1910 an der sogenannten Landsgemeinde, der Generalversammlung des *Schweizer Wandervogels* auf der Kyburg bei Winterthur besiegelt. Eigentlich versuchten die abstinenten Studenten und Schülerinnen ihren Einfluss zu sichern, indem sie alle Bundesvorstände und Gruppenleiterinnen zur Abstinenz verpflichten wollten. Der Antrag wurde jedoch nach stundenlanger Diskussion mit 147 zu 122 Stimmen abgelehnt. Ihre Niederlage quittierten die meisten *Helvetia*- und *Libertas*-Mitglieder mit dem Austritt aus dem *Schweizer Wandervogel*. Auch nach diesem Exodus wurden die Wanderungen weiterhin alkoholabstinent durchgeführt, jedoch spielte die Abstinenz im Vereinsalltag keine Rolle mehr.⁶⁹⁷ Die neugewonnene Unabhängigkeit von der Abstinenzbewegung bescherte dem *Schweizer Wandervogel* einen rasanten Mitgliederzuwachs. Nach 384 Mitgliedern nach dem ersten Vereinsjahr stieg die Zahl bis 1914 auf etwa 1'400 Mitglieder an. Damit hatte der *Schweizer Wandervogel* vor dem Ersten Weltkrieg deutlich mehr Mitglieder als die abstinenten Studentenverbindungen und war in etwa so gross wie die sozialdemokratische Jugendorganisation der Schweiz.⁶⁹⁸

Wie die *Helvetia*- und *Libertas* breitete sich auch der *Schweizer Wandervogel* fast ausnahmslos in der Deutschschweiz aus – insbesondere in protestantisch geprägten Städten wie Bern, Basel und Zürich. Um diesen Graben zwischen deutsch- und französischsprachiger Schweiz zu überwinden, forderten die Wandervögel ihre Mitglieder 1913 im *Blättli* auf, öfter Wanderungen in der Romandie durchzuführen. Dort würden viele Menschen glauben, dass die Wandervogelbewegung ein „pangermanisches Ziel“ verfolge.⁶⁹⁹ Um dieses Vorurteil

696 Vgl. ebd., S. 11 f.

697 Vgl. ebd., S. 12 f.

698 Vgl. Petersen, *Radikale Jugend*, S. 106.

699 Charles Emery, *Der Wandervogel in der Westschweiz*, in: *Wandervogel*, 5/3 (1913), S. 33.

abzubauen, sollten die Wandervögel möglichst in direkten Kontakt mit französischsprachigen Jugendlichen treten und dadurch den Zusammenhalt zwischen den Landesteilen stärken. Dieses Anliegen wurde jedoch spätestens mit dem Ausbruch des Ersten Weltkrieges und den zunehmenden Spannungen zwischen deutsch- und französischsprachiger Schweiz infrage gestellt.

Aber tatsächlich konnte von einer „pangermanischen“ Wandervogelbewegung nie die Rede sein. Zwar gab es immer wieder regen Austausch mit den deutschen Wandervogelgruppen, die Schweizer Wandervögel grenzten sich aber entschieden vom grossen Nachbarn ab. So sprachen sie sich beispielsweise 1911 gegen eine Zusammenarbeit mit dem neu gegründeten *Verband Deutscher Wandervögel* (VDW) aus. Ihre ablehnende Haltung begründeten sie damit, dass ihre „Schweizerart“ nicht mit dem „spezifisch deutsche[n] Geist“ in den deutschen Gruppen vereinbar sei.⁷⁰⁰ In ihren Aufrufen zur Unabhängigkeit bedienten sich die Schweizer Wandervögel nicht selten nationalistischer Selbstzuschreibungen. So polterte beispielsweise ein Mitglied gegen den geplanten Zusammenschluss mit viel Pathos: „Wandervogel! sei bescheiden! sei schweizerisch! Schau nach den Firnen Deiner Alpen und bewache die Tore Deiner Heimat!“⁷⁰¹ Diese Abgrenzungsstrategie fügte sich nahtlos in das zunehmend nationalistisch aufgeladene Klima der Vorkriegszeit ein.

Am Lagerfeuer kochen, im Heu schlafen und ein Bad im Fluss nehmen: Die Inszenierung einer Jugendkultur in Text und Bild

Im Unterschied zu den abstinenter Verbindungen gab es im *Schweizer Wandervogel* kaum Protestaufrufe gegen die Erwachsenen oder gar Pläne für eine revolutionäre Umgestaltung der Gesellschaft. Wenn die Qualität einer Jugendbewegung anhand ihrer Protestintensität gemessen wird, dann waren die Schülerinnen und Studenten der *Helvetia*- und *Libertas* sicherlich jugendbewegter als die Wandervögel. Diese pflegten keine so reichhaltige Debattenkultur, sondern legten ihren Fokus auf die praktischen Freizeitaktivitäten. Tatsächlich lag aber auch in diesen privaten Handlungsbereichen viel Konfliktpotential. Nicht nur das Streben nach Unabhängigkeit, auch die besondere Art zu reisen und insbesondere die gemischtgeschlechtlichen Touren stellten soziale Konventionen und bürgerliche Werte infrage und regten einen gesellschaftlichen Wandel an. Dabei zeigten sich erste Ansätze einer Entgrenzung des Politischen, die vor allem seit den 1960er Jahren zum Repertoire neuer sozialer Bewegungen

700 Adolf Bärfuss, Die Interessengemeinschaft, in: *Wandervogel*, 2/11 (1911), S. 93 f.
701 Ebd., S. 94.

gehörten. Anstatt das Private durch politische Aktionen zu verändern, wurden private Handlungsräume politisiert.⁷⁰² Die Wandervögel kämpften nicht in politischen Parteien für mehr Rechte, sondern nahmen sich diese in der alltäglichen Wanderpraxis. Dort versuchten sie eine eigene, von der Erwachsenenwelt möglichst unabhängige Jugendkultur zu kreieren, anstatt die Lebenswelt der Erwachsenen in ihrem Sinne zu verändern.

Um das typische Wandervogelerlebnis zu erfassen und die Grundzüge der Wandervogelbewegung als Jugendkultur zu beschreiben, lohnt sich ein Blick in die Schweizer Wandervogelzeitschrift. Dort veröffentlichten die Jugendlichen unzählige Berichte über ihre Freizeitaktivitäten. Wichtig war dabei nicht nur das Wandern, sondern auch das gemeinsame Kochen, Spielen, Rasten und Musizieren. So beschreibt beispielsweise ein Wandervogel 1910 den Alltag auf der Tour:

Jeder suchte sich ein gutes Plätzchen, die Säcke flogen ins Gras und es begann ein gemütliches Lagerleben. Aus der nahen Hütte stieg bald ein lustiges Räuchlein auf und drinnen am Kessel stand eifrig beschäftigt die erste Gruppe [...]. Eine Maggisuppe kochen war eigentlich gar nicht so schwer und so zogen wir uns denn bald zurück und hinunter zum Bächlein, wo wir uns in dem eiskalten Wasser lustig tummelten, bis der Suppenkessel herausgetragen wurde. [...] Die Gespräche verstummten, denn der erste Marsch hatte Hunger gemacht. [...] Und dann kam noch das Schönste von allem, das faule, wohlige Strecken, die Arme unter dem Kopf, das Hemd offen, daß die Sonne bis aufs Herz hinein scheinen konnte und hinaufgeschaut in den blauen, unendlichen Himmel [...]. Wieder ertönte die Pfeife, die Rucksäcke wurden gepackt und bald setzten sich die Wandervögel in Bewegung.⁷⁰³

Neben der romantisierenden Naturverklärung entwickelte sich die viel beschworene Einfachheit der Wanderungen zum Topos des Wandervogellebens. Es ging darum, mit wenig Gepäck die Schweiz zu bereisen, unter freiem Himmel oder auf Heuböden zu übernachten. Die Reisen sollten möglichst wenig kosten und ohne aufwendige Vorbereitungen durchgeführt werden. Damit grenzten sich die Wandervögel von wesentlich luxuriöseren Tourismusformen ab, die um 1900 in der Schweiz bereits weitverbreitet waren. Die Gegenüberstellung der verschiedenen Übernachtungspraktiken gehörte zum gängigen rhetorischen Mittel, um die Überlegenheit der eigenen Art zu Reisen hervorzuheben. So beschreibt beispielsweise ein Wandervogel seinen Aufenthalt im Luxuskurort Arosa mit selbstbewusster Distinktionsabsicht:

702 Siehe zur Entgrenzung des Politischen: Ulrich Beck, *Die Erfindung des Politischen. Zu einer Theorie reflexiver Modernisierung*, Frankfurt a. M. 1993.

703 Max Nägeli, *Tour 15*, in: *Wandervogel*, 2/4 (1910), S. 26 f.

Hei, ist das ein Vergnügen, in diesem mit feinen Gasthöfen geschmückten Orte ein einfaches, behagliches Lager zu finden, beim prächtigsten Sternenglanz im Freien zu kochen, im Freien unser vorzügliches Mahl einzunehmen. Ist es nicht herrlich, sich von den reichen Kurgästen beneidet zu sehen, selbst den Wunsch der Saaltochter zu vernehmen, mit uns das schöne Zigeunerleben zu genießen!⁷⁰⁴

Um die Besonderheit der eigenen Freizeitaktivitäten zu betonen, erklärten die Wandervögel ihre Wander-, Koch- und Übernachtungspraktiken detailliert in zahlreichen Beiträgen in ihrer Wandervogelzeitschrift. Vermeintlich unkompliziert oder sogar banal wirkende Bewegungsabläufe wurden ausführlich beschrieben und als Spezialwissen vermittelt. So erklärte beispielsweise ein Wandervogel das korrekte „Bergaufgehen“.⁷⁰⁵ Dabei sei insbesondere das Schrittempo entscheidend, um die Muskel- und Lungentätigkeit möglichst nicht zu überlasten. Nur so könne ein Wandervogel vermeiden, dass er oben angekommen, nicht mehr genügend Kraft für den Abstieg habe. Aber auch die „besondere Art des Gehens“ sei in steilem Gelände wichtig:

Die Bewegungen sollen weder hastig noch heftig sein, es ist gar nicht zu empfehlen, jeden steilen Hang gerade aus, auf der vorderen Hälfte der Sohle gehend, zu steigen. Diese Gangart führt notwendigerweise zu einer raschen Ermüdung der Wadenmuskulatur. Der Gang ist gleichmäßig, weich und wiegend. Letzteres erleichtert das Ansteigen erheblich. Der Fuß werde, wenn immer möglich, voll aufgesetzt, hier unterstütze das Auge den Fuß.⁷⁰⁶

Zum typischen Wandervogelleben gehörten auch die spartanischen Übernachtungen unter freiem Himmel, in Zelten oder auf Heuböden. So musste beispielsweise auch die „Technik des Heuschlafens“ genau erklärt werden.⁷⁰⁷ Dabei galt es viele Tücken und Feinheiten zu beachten:

Das Lager wird am besten auf die Weise bereitet, indem man im Heu einen Graben aushöhlt, wenn's kalt ist, einen halben Meter tief. Das Ausgehobene wirft man auf beiden Seiten zu zwei Haufen auf (ohne dabei allzu viel Staub aufzuirbeln). Dann legt man sich der Länge nach in dieses Heugrab hinein und deckt sich von unten bis oben zu, indem man mit den Händen die beiden Haufen über seinen Körper hinüberschiebt. Die Füße kann man noch etwas tiefer ins Heu hineinstoßen; dann aber

704 O. A., Im Graubündner- und St. Gallerland, in: Wandervogel, 3/10 (1912), S. 150.

705 Carl Mäder, Das Bergaufgehen, in: Wandervogel 3/1 (1911), S. 2.

706 Ebd., S. 2.

707 Walter Hoffmann, Über die Technik des Heuschlafens., in: Wandervogel 2/1 (1910), S. 9.

sollten sie - und das ist richtig [sic!] - ruhig und unbeweglich gehalten werden, damit das Heu überall möglichst dicht anliegt und recht warm gibt.⁷⁰⁸

Schon bei der Wahl des Schlafplatzes sollten einige Hinweise beachtet werden. Weil frisch geschnittenes Heu durch die Wärme der Schlafenden zu gären beginne, eigne sich vor allem „altes, vorjähriges Heu“. Empfehlenswert sei auch, sich die „Topographie des betreffenden Heustocks mit seinen Stufen und Leitern zu merken“, um in der Nacht nicht über die Füße der Kameraden zu stolpern oder gar durch Löcher im Heustock fallen.⁷⁰⁹ Ein besonderer Luxus sei nicht zuletzt die Zipfmütze, um sich vor den harmlosen, aber lästigen Heuflöhen zu schützen.



Abbildung 6: Seminaristinnen der Ortsgruppe Küsnacht auf einer Wandervogelfahrt 1913 zum Bodensee. Das Foto zeigt den wiedererkennbaren Kleidungsstil und die typische Reisepraxis der Wandervögel.

708 Ebd., S. 11.

709 Ebd., S. 10.

Das einfache Leben im *Schweizer Wandervogel* wurde aber nicht nur in den Reiseberichten und Ratgebern zelebriert, eine weitere Akzentuierung erhielt die Jugendgruppe durch den intensiven Einsatz der Amateurfotografie.⁷¹⁰ Im Unterschied zur Basler *Intrepida*, die um 1900 in ihrem Wanderbuch noch vor allem auf Aquarelle und Zeichnungen setzte, konnten sich im Wandervogel immer mehr Mitglieder eine eigene Kamera leisten. Die Amateurfotografie setzte sich in den Mittel- und Oberschichten der Schweiz bereits im frühen 20. Jahrhundert durch. Unternehmen wie beispielsweise Kodak brachten handliche Box- und Faltkameras auf den Markt, die man auch auf Wanderungen mitnehmen konnte. Zudem erleichterte der aufkommende Rollfilm die Handhabung. Trotzdem blieb die Fotografie vor dem Ersten Weltkrieg noch ein teures Hobby für Gutverdienende. Vor allem die Filme und deren Entwicklung verursachten laufend anfallende Kosten. Erst in der Zwischenkriegszeit erreichte die Fotografie einen Massenmarkt.⁷¹¹ Im *Blättli* der Schweizer Wandervögel gab es bereits 1912 Werbeanzeigen für Fotoapparate und Filme. Beispielsweise bot das Fotogeschäft *Kienast & Co.* in Zürich preisgünstige Magazinkameras mit Fotoplatten wie die *ICA-Trilby* in verschiedenen Grössen für 13.50 Fr. und 22.50 Fr. an. Aber auch teure Faltkameras wie die *Contessa Nr. 225* für 73 Fr. waren verfügbar.⁷¹²

Die Wandervögel wussten die Macht der Bilder schon in dieser Frühphase der Amateurfotografie für sich zu nutzen. Von Anfang an dienten Aufnahmen des Wandervogelalltags der Bekanntmachung des Jugendbundes und der Anwerbung neuer Mitglieder. Für diese „Propaganda der Tat“ sollten die Mitglieder schon im ersten Vereinsjahr „lustige Wander- und Lagerszenen auf Films [sic] und Platten [...] bannen“ und anschliessend an die Bundesleitung schicken. Die Fotos sollten dann in einer „alle drei bis vier Jahre stattfindende[n] Ausstellung“ zu sehen sein.⁷¹³ Aber auch in der eigenen Wandervogelzeitschrift und diversen

710 Das *Archiv der deutschen Jugendbewegung* in Witztenhausen besitzt ca. 160'000 Fotos mit Motiven aus den Jugendbewegungen des 20. Jahrhunderts. Das *Sozialarchiv* in Zürich bewahrt ca. 6'000 Aufnahmen zum *Schweizer Wandervogel* auf. Die Mehrheit der Aufnahmen stammt jedoch aus der Zwischenkriegszeit.

711 Vgl. Nora Mathys, *Fotofreundschaften. Visualisierungen von Nähe und Gemeinschaft in privaten Fotoalben aus der Schweiz 1900–1950*, Baden 2013, S. 81–89. Für eine günstige Boxkamera musste ein Arbeiter 1915 in der Schweiz 13.5 Stunden arbeiten, für eine Faltkamera sogar 73 Stunden. Hinzu kamen Ausgaben für die Rollfilme und die Entwicklung.

712 Vgl. o. A., Werbeanzeige „Photo-Apparat“, in: *Wandervogel*, 4/3 (1912), S. 32.

713 O. A., Propaganda der Tat, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Absintinenten*, 11/9 (1907), S. 222 f.

Broschüren und Flugblätter kamen sie immer öfter zum Einsatz. Beliebt waren auch Fotoalben als privates Erinnerungsstück an die Zeit im Wandervogel.

Während die Reiseberichte ein wiedererkennbares Set an Überzeugungen, Stimmungen und wiederholbaren Praktiken heraufbeschworen, machten die Fotos den Wandervogelalltag unmittelbar sichtbar. Bei den Aufnahmen handelte es sich nicht um zufällige Schnappschüsse, die Wandervögel setzten ihre Aktivitäten gezielt in Szene. Die Auswahl des Hintergrunds, der Perspektive und der Tageszeit war ebenso inszeniert wie die Komposition der Personen und die Darstellung ihrer Alltagspraktiken. Die Wandervögel zelebrierten auf ihren Fotos das einfache, manchmal anstrengende, aber freie Leben in der Natur. Der urbane Raum und seine Bewohner tauchte hingegen kaum vor den Kamerallinsen der Jugendlichen auf. Ob bei den Wanderungen durch Wälder und über Bergpässe, dem Musizieren mit Gitarre, Laute, Geige oder Akkordeon oder beim Rasten, Kochen und Essen – durch die ständige Wiederholung der immer gleichen Motive verfestigte sich das Erscheinungsbild des Wandervogels. Nicht nur die Mitglieder konnten sich ein Bild davon machen, wie die anderen Gruppen ihre Touren durchführten, auch in einer breiteren Öffentlichkeit erlangte der *Schweizer Wandervogel* einen grösseren Wiedererkennungswert. Für die Schaffung einer abgrenzbaren Jugendkultur war diese Fixierung der Ausdrucksformen von entscheidender Bedeutung.⁷¹⁴

Wie ein „Adler mit kräftigen Schwingen“: Die Bergtouren des Schweizer Wandervogels

Eine Besonderheit der Schweizer Wandervögel waren ihre Bergtouren. Schon im ersten Jahr nach der Gründung wurden mehrere zwei- bis dreiwöchige Touren durch den Kanton Graubünden, das Berner Oberland, das Wallis oder die Zentralschweiz organisiert.⁷¹⁵ In den Folgejahren führten fast alle längeren Touren in die Schweizer Alpen.⁷¹⁶ Wie stark sich die Schweizer Wandervögel mit den Alpen identifizierten, zeigte auch die Wahl ihres Wappentieres: Seit der vierten

714 Siehe zur Visual History in der historischen Jugendforschung: Barbara Stambolis/ Markus Köster, *Jugend-Bilder. Zur visuellen Geschichte „bewegter Jugend“*, in: Dies. (Hg.), *Jugend im Fokus von Film und Fotografie. Zur visuellen Geschichte von Jugendkulturen im 20. Jahrhundert*, Göttingen 2016, S. 11–58.

715 Vgl. o. A., *Wanderungen in den Sommerferien 1909* veranstaltet vom Wandervogel, in: *Wandervogel*, 1/1 (1909), S. 2–5.

716 Siehe dazu unter anderem das Programm für den Sommer 1913. Praktisch alle 23 Touren führten durchs Hochgebirge: vgl. o. A., *Sommer-Fahrten 1913*, in: *Wandervogel*, 5/1 (1913), S. 11–14.



Abbildung 7: Dieses Titelbild wurde während der gesamten Hochphase des Schweizer Wandervogels bis 1914 verwendet. Mit der drauffolgenden Neuausrichtung wechselte auch das Titelbild der Zeitschrift.

Nummer der Schweizer Wandervogelzeitschrift prangte ein mächtiger Adler vor sonnendurchfluteten Berggipfeln auf der Titelseite. Das Motiv wurde in einem Wettbewerb aus 20 eingesendeten Werken ausgewählt. Dass es sich beim Adler gar nicht um einen Wandervogel im eigentlichen Sinne handelte, war der Schriftleitung durchaus bekannt. Die Wahl fiel bewusst gegen typische Wandervögel wie Störche, Schwalben oder Schwäne, die beispielsweise deutsche Wandervogelgruppen als Wappentiere nutzten. Der Adler sollte vielmehr die Verbundenheit mit den Bergen zum Ausdruck bringen. Dazu erklärte die Schriftleitung:

Ein Adler soll das Symbol des Wandervogels sein. Ein Adler mit kräftigen Schwingen, der hoch über uns kleinlichen Menschen dahinschwebt in großen Zügen. Wer von uns Bergsteigern hätte sich nicht schon Adlersflügel gewünscht, um von Gipfel zu Gipfel zu ziehen und wer hätte sich nicht schon nach Adlersflügeln geseht, um über die Kleinigkeiten unseres Daseins hinauszukommen in jene reinen Höhen, wo man sein verlorenes Ich wieder findet?⁷¹⁷

Die Schweizer Wandervögel suchten in der vermeintlich unberührten Naturlandschaft der Schweizer Alpen nach besonders intensiven Gemeinschafts- und Naturerlebnissen. Dabei orientierten sie sich am bürgerlichen Alpinismus, der sich in der Schweiz bereits im 19. Jahrhundert ausgebreitet hatte.⁷¹⁸ Als Autorität

717 O. A., Unser Bild, in: Wandervogel, 1/4 (1909), S. 26. Ab 1914 zeigte das Titelbild einen Apfelbaum. In der Zwischenkriegszeit gab es wechselnde Titelbilder.

718 Siehe zur Geschichte des bürgerlichen Alpinismus u. a.: Dagmar Günther, Alpine Quergänge. Kulturgeschichte des bürgerlichen Alpinismus (1870–1930), Frankfurt a. M. 1998.

auf dem Gebiet der Bergwanderungen galt vor allem der 1863 gegründete *Schweizer Alpenclub* (S.A.C.). Das *Blättli* druckte immer wieder Aufrufe und Verhaltensempfehlungen dieser Experten ab. So beispielsweise 1913 die „Zehn Gebote für Bergsteiger“.⁷¹⁹ In diesem Verhaltenskodex ging es um die richtige Wanderausrüstung wie geeignetes Schuhwerk und genügend Proviant, die Vermeidung von Gefahren auf Bergtouren wie auch um anständiges Benehmen in den Clubhütten, die Entsorgung sämtlicher Abfälle und den sorgsamsten Umgang mit der Natur.⁷²⁰ Mit diesen bürgerlich konnotierten Regeln für ein rationalisiertes und umweltbewusstes Naturerlebnis konnten sich die Jugendlichen problemlos arrangieren.

Zugleich griffen die Wandervögel in ihren Reiseberichten auf die Schreibtechniken der Alpinisten zurück. Diese prägten seit dem 19. Jahrhundert mit unzähligen Zeitschriften, Ratgebern, Abenteuerromanen und später auch mit Hörspielen und Filmen die Darstellung und Deutung des Bergsteigens. Das „richtige“ Schreiben über das Erlebnis am Berg war ebenso wichtig wie die tatsächliche Praxis des Bergsteigens. Es galt die Gefahren beim Aufstieg, die endorphingeladene Stimmung auf den letzten Metern und das rauschhafte Gefühl der Überwältigung auf dem Gipfel zu inszenieren. Der Bergsteiger musste die Grenzen seiner persönlichen Leistungsfähigkeit austesten und wenn möglich überschreiten, die Bedeutung der Kameradschaft erfahren und den Berg als geläuterter, besserer Mensch verlassen. Nur wer diesen Kanon des symbolischen Erlebens teilte, konnte sich der auserlesenen Elite der Bergsteiger und Bergsteigerinnen zugehörig fühlen.⁷²¹ In diesem Sinne schilderten auch Wandervögel in ihrer Zeitschrift das Bergsteigen als gefahrenvolle und zugleich erhabene Tätigkeit einer vermeintlich auserwählten Jugend:

Und wenn sie hinausklettern, immer höher und höher, und wenn es sie wie ein Rausch überkommt bei all dem Reinen und Wunderbaren, glaubt ihr, einer würde mit Euch tauschen, auch wenn er die Gefahren des Abstiegs kennt? Es sind wenige, die nur wegen dem Klettern hinauf auf die Berge gehen, die andern, gewiß sie freuen sich auf die Gefahren, sie freuen sich, daß ihre Muskeln so kräftig sind, daß sie so ruhig Stein um Stein fassen können, aber sie suchen nicht nur das, sie suchen etwas Höheres, etwas, das nur der versteht, der schon einmal auf einer solchen bezwungenen Spitze stand.⁷²²

Der *Schweizer Alpenclub* bezeugte seinerseits ein Interesse am *Schweizer Wandervogel*. Der Präsident der Zürcher Uto-Sektion Carl Täuber (1864–1945) bezeichnete die Wandervögel bereits 1912 in der Vereinszeitschrift *Alpina* als

719 O. A., Bekaempfung der Unsitten in den Alpen, in: *Wandervogel*, 5/2 (1913), S. 23.

720 Vgl. ebd., S. 22 ff.

721 Vgl. Wirz, Gipfelstürmerinnen, S. 71–87.

722 Max Nägeli, „Tour 15“, in: *Wandervogel* 2/8 (1911), S. 67 f.

potentielle „Rekruten des Alpenclubs“ und forderte eine finanzielle und logistische Unterstützung für die Wandervogelgruppen.⁷²³ Dieses Anliegen wurden auch in der Schweizer Wandervogelzeitung zustimmend zur Kenntnis genommen.⁷²⁴ Jedoch gab es auch Differenzen, die eine Zusammenarbeit erschwerten. Zwar teilten die Wandervögel mit den Alpinisten viele Diskurse über die Berge als Gesundheitslandschaften und Orte der Regeneration und auch die Leistungs-, Freiheits- und Gemeinschaftskonzepte waren fast identisch. Jedoch betonten sie zugleich einige Unterschiede:

Wer nun aber meint, der W.-V. sei bloß eine Vorstufe für den S.A.C., der hat die Bedeutung unserer Bewegung noch nicht erfaßt, unsere Art zu wandern ist denn doch noch stark verschieden von den vielen Alpenklubisten, die es sich nicht nehmen lassen, mit vieler Mühe allerlei Leckerbissen und ihre obligate Flasche Wein auf einen Gipfel hinaufzuschleppen.⁷²⁵

Vor allem der Alkoholkonsum der Alpinisten passte nicht zu den abstinenter Überzeugungen der Wandervögel. Zudem pochten die Jugendlichen auf ihre organisatorische „Selbstständigkeit“.⁷²⁶

Zupfgeigen, Fahrtenlieder und „bunte Tänze“: Die Volksmusik als jugendbewegte Musikkultur

Neben Wanderungen, Bergtouren und dem Lagerleben spielte die Musik eine wichtige Rolle bei der Vergemeinschaftung der Jugendlichen in der Wandervogelbewegung und der Abgrenzung gegenüber anderen Jugendgruppen mit ähnlichen Freizeitaktivitäten. Zwar geht die Geschichtsforschung davon aus, dass sich Musik erst nach 1945 zum identitätsstiftenden Merkmal von Jugendkulturen herausgebildet hat.⁷²⁷ Die grosse Präsenz musikalischer Praktiken im Alltag der Wandervögel deutet jedoch darauf hin, dass die Musik bereits in

723 Carl Täuber, Rekruten des Alpenclubs, in: *Alpina*, Mitteilungen des Schweizer Alpen-Club, 20/3 (1912), S. 37.

724 Vgl. Kaspar Freuler, W.-V. und S.A.C., in: *Wandervogel*, 3/9 (1912), S. 134 f.

725 Türler Max, Ein zweischneidiges Schwert, in: *Wandervogel*, 3/11 (1912), S. 164 f.

726 Ebd., S. 166.

727 Als wichtige Voraussetzung für die Entstehung jugendlicher Musikkulturen wird die voranschreitende Kommerzialisierung, Mediatisierung und Technisierung der Musik durch Radios, Schallplatten und Konzerte genannt. Populäre Musikstile wie Jazz und Swing hätten sich ausgehend von den USA aber schon in der Zwischenkriegszeit global ausgebreitet: vgl. Wilfried Ferchhoff, *Musikalische Jugendkulturen in den letzten 65 Jahren: 1945–2010*, in: Robert Heyer/Sebastian Wachs/Christian Palentien (Hg.), *Handbuch Jugend – Musik – Sozialisation*, Wiesbaden 2013, S. 19–25.

dieser ersten Jugendkultur das Zusammengehörigkeitsgefühl der Mitglieder wesentlich prägte. In der Anfangszeit spielten und sangen die Jugendlichen noch eine vielfältige Auswahl an Studentenliedern, Bänkelsesängen, Arien, Couplets und Operetten, später erlangte die sogenannte Volksmusik mit Volksliedern und dazu passenden Volkstänzen eine enorme Popularität.⁷²⁸

Eine eindeutige Definition und klare Eingrenzung der Volksmusik ist nicht möglich, weil der Begriff bis heute in sehr unterschiedlichen Bedeutungszusammenhängen benutzt wird. Es handelt sich vielmehr um eine normative Selbstzuschreibung. Die Begriffsverwendung im deutschsprachigen Raum geht auf Johann Gottfried Herder (1744–1803) zurück, der typisch deutsche Erzählungen, Gedichte und Lieder aus verschiedenen deutschsprachigen Territorien zusammentrug. Er ging davon aus, dass sich in sogenannter Volksdichtung und Volksmusik die kulturellen Eigenarten einer Nation widerspiegelten. Damit gilt er als einer der Begründer der sogenannten Volkskunde, die sich seit dem 18. Jahrhundert mit der Erfassung gemeinschaftsstiftender Kulturelemente ländlicher Bevölkerungsschichten beschäftigte und eine wichtige Rolle im *nation-building*-Prozess spielte.⁷²⁹

In dieser bildungsbürgerlichen Tradition bewegten sich auch die Wandervögel mit ihrer Volksmusikrezeption. Sie adaptierten die volkskundliche Obsession für vermeintlich ursprüngliche, heimatverbundene und authentische Volkskräfte. Beispielsweise konzipierte Hans Breuer (1883–1918) sein enorm populäres Liederbuch *Zupfgeigenhansl*, das bis 1914 eine Auflage von 200'000 Exemplaren erreichte, als „bewahrendes Kulturprogramm“, das mündlich überlieferte Volkslieder durch die Niederschrift und Vervielfältigung konserviert. Zugleich sollte die alltägliche Spiel- und Singpraxis die Volksmusik als „aktive Kulturarbeit“ lebendig halten.⁷³⁰ Mit seiner Liedersammlung begann Breuer die Wandervogelbewegung auf eine abgrenzbare Musikkultur mit einem unverkennbaren Repertoire an Liedern, Spielpraktiken und Tänzen einzustimmen.⁷³¹

728 Vgl. Sven Kommer, Musik in der Jugendbewegung, in: Dieter Baacke (Hg.), Handbuch Jugend und Musik, Opladen 1998, S. 195–216

729 Vgl. Karoline Oehme-Jüngling, Volksmusik in der Schweiz. Kulturelle Praxis und gesellschaftlicher Diskurs, Münster 2016, S. 84–104.

730 Wolfgang Kaschuba, Volkslied und Volksmythos. Der „Zupfgeigenhansl“ als Lied- und Leitbuch der deutschen Jugendbewegung, in: Jahrbuch für Volksliedforschung, 34 (1989), S. 50.

731 Vgl. ebd., 41–55.

Dabei spielte es keine Rolle, dass die Liedersammlung unvollständig und nach subjektiven Kriterien zusammengestellt wurde. Bei vielen Liedern gab es mehrere abweichende Texte, andere Stücke wurden komplett neu komponiert. Hans Breuer hatte kein Interesse an einer historisch korrekten Überlieferung; ihm ging es um die bewusste Gestaltung einer jugendlichen Musikkultur, die sich an den Bedürfnissen des Wandervogels orientierte, und die Etablierung eines Traditionskanons:

Das ist ja grad das Schöne am Volkslied, das ewig Wandelbare der Form, seine erstaunliche Anpassungskraft an jedwede Art und Sippe. Frei von allem Zwang schreitet es vorwärts mit der Zeit, in stetigem Fließen und Werden begriffen, begleitet melodisch den Umschwung der Jahrhunderte, tönt weiter, alles was im Zeitenwechsel durch die Tiefen der Menschenseele drang. Das Volkslied muß leben, und Leben ist Freiheit, innere Kraft der Entwicklung, Jugend ohne Ende.⁷³²

Das Volkslied sollte also keine rückwärtsgewandte Verklärung der Vergangenheit sein, sondern die Begleitmusik eines jugendlichen Aufbruchs in eine neue Welt.

Auch in der Schweiz waren Volkskundler wie Johann Caspar Lavater (1741–1901) auf der Suche nach typisch schweizerischen Kulturerzeugnissen. Lavater gab 1767 mit den *Schweizerliedern* eine erste Sammlung patriotischer Musikstücke heraus. Seit dem frühen 19. Jahrhundert begann sich die Schweizer Mundart als authentischer Ausdruck schweizerischer Volkskultur durchzusetzen. So wurden 1805 anlässlich des ersten *Unspunnenfestes* mehrere Schweizer Volksliedersammlungen herausgegeben. In dieser Zeit prägte vor allem Gottlieb Jakob Kuhn (1775–1849) mit seinen Veröffentlichungen die Gestalt der Volksmusik in der Schweiz. Er romantisierte in seinen Liedern die Alpen und idealisierte die bäuerliche Lebenswelt. Diese Form der Volksmusik breitete sich im Verlauf des 19. Jahrhunderts vor allem durch Gesangsvereine und auf Volksfesten in der Schweiz aus.⁷³³

Ähnlich wie in Deutschland begann auch der *Schweizer Wandervogel* die beliebtesten Volkslieder zu sammeln. Unter anderem veröffentlichte Hans Trüb (1889–1949) 1912 die *Fahrtenlieder der Schweizer Wandervögel*.⁷³⁴ Die

732 Hans Breuer, Zur zweiten Auflage, in: Ders. (Hg.), *Der Zupfgeigenhansl*, o.O. 1910, S. III-IV.

733 Vgl. Oehme-Jüngling, *Volksmusik in der Schweiz*, S. 104–125.

734 Hans Trüb studierte ab 1909 Medizin in Zürich. Nach seinem Abschluss 1915 war er Assistenzarzt und später Oberarzt in der Psychiatrischen Klinik „Burghölzli“ in Zürich. Zudem war er ein enger Wegbegleiter von Carl Gustav Jung. In den 1920er

Liedersammlung enthielt mehrheitlich Schweizer Mundartlieder, jedoch auch einige Stücke in deutschen und österreichischen Dialekten. Weil in der Schweiz immer auch Lieder in den anderen Landessprachen gesungen wurden, gab es im Unterschied zum *Zupfgeigenhansl* auch französisch- und italienischsprachige Lieder. Vor allem französischsprachige „Soldatenlieder“ waren auch in der Deutschschweiz verbreitet, weil die Rekruten ihren Militärdienst oft in anderen Landesteilen absolvierten.⁷³⁵ Die Bundesleitung des *Schweizer Wandervogels* legte schon 1912 die „Anschaffung der ‚Fahrtenlieder‘“ allen Mitgliedern „dringend ans Herz“.⁷³⁶

Trotz des kleinen Schweizer Marktes erreichten die *Fahrtenlieder* bis 1933 eine Auflage von 42'000 Exemplaren. Sie wurden bis in die 1970er Jahre mehrmals neu aufgelegt und bearbeitet. Bei einem Höchststand des *Schweizer Wandervogels* von knapp 1400 Mitgliedern im Jahr 1913 und wenigen hundert Mitgliedern in den 1920er Jahren muss die Volksliedersammlung weit über die Jugendkultur hinaus Verbreitung gefunden haben. Schon 1914 betonte der Wandervogelchronist Karl Matter (1874–1957), dass es dem *Schweizer Wandervogel* zu verdanken sei, dass sich das Volkslied „in weitesten Kreisen wieder Eingang verschafft“ habe.⁷³⁷

In der Zwischenkriegszeit nahm vor allem der Musiker Hans Roelli (1889–1962) eine Vermittlerposition zwischen jugendkultureller Nische und Massenmarkt ein. Obwohl er nie Mitglied des *Schweizer Wandervogels* war, prägte er nach dem Ersten Weltkrieg dessen Musikkultur. Seine Lieder orientierten sich an den einfachen Melodien und eingängigen Texten der Volksmusik, waren aber Neukompositionen, die Ähnlichkeiten mit den französischen *Chansons* oder der amerikanischen *Folk*-Musik aufwiesen. Roelli gilt deshalb als Vorläufer Schweizer Liedermacher wie Mani Matter (1936–1972), die ab den 1960er Jahren mit ihren selbstgeschriebenen Liedern grosse Erfolge feierten.⁷³⁸ Mit seinem ersten Liederband *Am Morgen* wurde Roelli 1919 schlagartig im

Jahren wurde seine Arbeit durch die Freundschaft mit Martin Buber geprägt. Siehe zu Trüb: Judith Buber Agassi, Einleitung, in: Dies. (Hg.), *Schriften zur Psychologie und Psychotherapie*, Gütersloh 2008, S. 14–17.

735 Vgl. Hans Trüb (Hg.), *Fahrtenlieder der Schweizer Wandervogel*, Aarau 1912.

736 Carl Mäder, *Fahrtenlieder der Schweizer Wandervogel*, in: *Wandervogel*, 3/12 (1912), S. 179.

737 Matter, *Freie Jugend*, S. 57.

738 Vgl. Heinz Rellstab, Findlinge. Hans Roelli, Liedermacher ‚avant la lettre‘, Luzern 2012, S. 8–12, in: www.hslu.ch/de-ch/musik/campus/bibliothek/sondersammlung/sammlung-hans-roelli/ (02.06.20).

Schweizer Wandervogel bekannt und pflegte in den Folgejahren einen intensiven Austausch. Mit Kompositionen wie dem *Feuerlied* (1930) versuchte er das Lebensgefühl der Wandervögel auf ihren Fahrten und Festen aufzunehmen und einem breiten Publikum zu vermitteln.⁷³⁹ Vor allem ab den 1930er Jahren erreichte Roelli eine immer grössere Bekanntheit. So machte er sich während des Zweiten Weltkrieges als „singender Alleinunterhalter“ in der Abteilung *Heer und Haus* einen Namen.⁷⁴⁰ Seine über 1000 Kompositionen flossen in der Nachkriegszeit in viele Sing- und Liederbücher ein und wurden dadurch Allgemeingut.

Wichtig für den Erfolg der Volkslieder in der Wandervogelbewegung war der konsequente Einsatz der Gitarre als „kollektive[r] Rhythmusgeber des Singens und des Wanderns“. Wie der Kulturwissenschaftler Wolfgang Kaschuba betont, erzeugte sie „neue sinnliche, gruppendedynamische, affirmative Effekte, die auf die Vereinheitlichung und Gruppenerfahrung des Singens abzielten“.⁷⁴¹ Dabei versammelten sich die Jugendlichen ums Lagerfeuer oder der Gitarrenspieler führte die Gruppe auf den Wanderungen an. Die Wandervogelbewegung förderte damit auch die Wiederentdeckung der Gitarre im deutschsprachigen Raum.⁷⁴²

Im Unterschied zur klassischen Gesangs- und Orchestermusik animierte die Volksmusik mit ihren einfachen Texten nicht nur zum Mitsingen, die eingängigen Rhythmen und Melodien regten auch die Bewegungsfreude der Jugendlichen an. Dieser performative Charakter der Volksmusik verstärkte sich durch die sogenannten Volkstänze, die ebenso wie die Volkslieder schnell zu erlernen waren und damit zum Mitmachen anspornten. Vor allem die Ringreigentänze, bei denen sich eine grössere Gruppe an den Händen haltend im Kreis dreht, entwickelten sich zum beliebten Tanz und ikonischen Motiv in der Wandervogelbewegung.⁷⁴³

739 Vgl. Alfred Stüssi, 1. Teil – Biographie, in: Ders. (Hg.), Hans Roelli. Leben und Werk, Zürich 1965, S. 35 ff.

740 Vgl. Kurt Wanner, Hans Roelli und Walter Kern – zwei Bündner Kurdirektoren der besonderen Art, in: Bündner Monatsblatt, Zeitschrift für Bündner Geschichte, Landeskunde und Baukultur, 102/4 (2015), S. 409.

741 Kaschuba, Volkslied und Volksmythos, S. 43.

742 Vgl. Marlene Pock, Die Gitarre im deutschsprachigen Raum zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Bedeutung des volksmusikalischen Repertoires in der zeitgenössischen Unterrichtsliteratur, Diplomarbeit Universität Graz 2011, S. 21–30.

743 Vgl. Christl Rudolf, Die Jugend und ihre Tänze, in: Elisabeth Korn/Otto Suppert/Karl Vogt (Hg.), Die Jugendbewegung. Welt und Wirkung: Zur 50. Wiederkehr des freideutschen Jugendtages auf dem Hohen Meißner, Düsseldorf 1963, S. 85–91.

Insbesondere an grossen Wandervogeltreffen nahmen solche Tänze einen grossen Teil des Programms ein. Diese intuitiv-körperbetonte Form der Vergemeinschaftung war für die meisten Jugendlichen wesentlich attraktiver als bedeutungsschwangere Reden über die Aufgaben und Ziele der Jugendbewegung. So berichtete beispielsweise 1913 ein Schweizer Wandervogel begeistert über die Volkstänze an der Landsgemeinde im Schloss Altenklingen:

Die Zürcher hatten Volkstänze eingeübt, alte, reizende Reigen. Die tanzte man nun unter den Obstbäumen und die, so sie nicht kannten, schauten sie den anderen ab, Fideln, Zupfgeigen und Handorgeln ertönten und alles war eitel Lust und Freude. [...] Man hörte viel Gutes und Schönes, und man freute sich darüber, daß ein edlerer Geschmack in die Herzen unserer Jugend zurückgekehrt sei, ein Geschmack, der in den Tiefen und auch in der Fröhlichkeit des alten Volksliedes seine Befriedigung sucht und alle Pseudokunst, die so lange wie der falsche Gypsstil des vorigen Jahrhunderts in der Baukunst auch den Gesang beherrschte, von sich stößt. Was da die alten Schloßmauern widerhallte, erzählte von neuem Leben, erzählte von einem Aufblühen der Jugend aus sich selbst heraus zu neuer Kraft und Eigenart.⁷⁴⁴

Die Volkstänze wurden dabei oft als Ausdruck einer neuen, authentischen Kultur inszeniert, die sich auf eine romantisierte Vergangenheit rückbesinnt und von der vermeintlich falschen, oberflächlichen Kunst der bürgerlichen Gesellschaft abgrenzt.⁷⁴⁵ Dabei waren die Volkstänze gar keine uralten, bäuerlichen Tanzformen, vielmehr handelte es sich um englische und französische Modetänze, die erst im 17. und 18. Jahrhundert in die bäuerlichen Bevölkerungsschichten gelangten. Trotzdem begann die Wandervogelbewegung auch die Volkstänze zu sammeln und in Buchform zu veröffentlichen.⁷⁴⁶ Unter anderen prägte Anna Helms-Blasches (1877–1963) mit ihrer Sammlung *Bunte*

744 Hans Berlepsch-Valendàs, Die Landsgemeinde 1913, in: Wandervogel, 5/1 (1913), S. 8.

745 Völkische Akteure nutzten diesen kulturkritischen Ansatz, um den Volkstanz als Instrument einer rassistischen Wiederentdeckung „verschütteter“ Volkstümlichkeit zu vereinnahmen. Im Nationalsozialismus erhielt der Volkstanz einen festen Stellenwert als Alternative zu populären Modetänzen aus Frankreich und den Vereinigten Staaten. Siehe zur Rolle des Volkstanzes im NS-Staat: Hanna Walsdorf, *Bewegte Propaganda. Politische Instrumentalisierung von Volkstanz in den deutschen Diktaturen*, Würzburg 2010.

746 Vgl. Eberhard Schauer, Anfänge des Laientanzes von der Jahrhundertwende bis 1918. Volkstanz, Definition und Einflüsse, in: Volker Klotzsche (Hg.), *Der Tanz in der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts. Volkstanz – Jugendtanz*, Remscheid 1994, S. 9–19; siehe zur Geschichte des Volkstanzes auch: Herbert Oetke, *Der deutsche Volkstanz*, Berlin 1982.



Abbildung 8: Der Tanz ums lodernde Feuer war Teil der Erlebniskultur der Wandervogelbewegung.

Tänze (1912) die Wandervogelbewegung. Weil jedoch viele der Volkstänze nur unvollständig überliefert waren, ergänzte sie fehlende Bewegungsabfolgen oder kreierte gleich komplett neue Tänze. Unter der Bezeichnung „Jugendtanz“ versuchten einige Wandervögel sogar einen neuen Tanzstil zu etablieren, der sich zwar am Volkstanz orientierte, jedoch die schnellen, körperbetonten Bewegungen des aufkommenden Ausdruckstanzes und der Gymnastik adaptierte.⁷⁴⁷

Diese innovativen Elemente verliehen dem Volkstanz eine juvenile, bisweilen provokative Note. Die ausdrucksstarken Reigentänze wurden bisweilen als geradezu ekstatisches Vergemeinschaftungsritual beschrieben:

747 Vgl. Eberhard Schauer, Anna Helms, in: Volker Klotzsche (Hg.), *Der Tanz in der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts. Volkstanz – Jugendtanz*, Remscheid 1994, S. 32–36.

Diese zwei Flammen, die eine tosende jauchzende Schar, die sie umraste, magisch erhellte. Ja, diese zwei Flammen verbrannten Schlacken, die eine Zeit der Dunkelheit auf der Menschheit angehäuften. Es war der Tanz um diese Flamme, wie ein Gebet zu ihr, künftig wieder das Zeichen der Menschheit zu sein, zu dem sie klar und heiß und heilig wie sie sein soll, aufblicken kann. Wer das empfunden, für den war der wilde Reigen, der in drei und vierfacher Kette um das Feuer fuhr, der Höhepunkt des Festes.⁷⁴⁸

Mit kaum einer anderen Aktivität erregten die Wandervögel so viel Aufsehen wie mit diesen Tänzen. Die ausgelassene Stimmung, die aufreizenden Bewegungen und vor allem die körperliche Nähe zwischen Männern und Frauen haftete noch im frühen 20. Jahrhundert die Aura des Verbotenen an.⁷⁴⁹ Weil es sich bei den tanzenden Wandervögeln um minderjährige Jugendliche handelte, die ihre Tänze unter freiem Himmel zelebrierten und sich damit jeglicher Kontrolle durch Erwachsene entzogen, verstärkte sich diese kritische Wahrnehmung sogar noch.⁷⁵⁰

Emanzipationsraum oder antifeministischer Männerbund? Frauen im Schweizer Wandervogel

Nicht nur die Tänze der Wandervögel, sondern auch die gemischtgeschlechtlichen Wandertouren erregten in der Öffentlichkeit Aufsehen. Ähnlich wie in den abstinenten Verbindungen durften auch im *Schweizer Wandervogel* von Anfang an Frauen Mitglied werden. In den ersten Statuten von 1908 wurde explizit darauf hingewiesen, dass „Jünglinge und Mädchen“ dem Bund beitreten konnten.⁷⁵¹ Wobei die Durchführung gemischtgeschlechtlicher Fahrten die

748 Berlepsch-Valendàs, Die Landsgemeinde 1913, S. 8 f.

749 Seit dem Mittelalter sind Sittenordnungen und Sittenmandate überliefert, die das Tanzen an bestimmten Orten und Tagen einschränkten und insbesondere an christlichen Feiertagen ganz untersagten. Ein Verstoß gegen die vorgegebenen Tanzzeiten, Kleiderordnungen und Altersbeschränkungen wurde mit Geld- und Gefängnisstrafen geahndet. Mit diesen Kontrollmechanismen sollte die Einhaltung der vorherrschenden Moralvorstellungen sichergestellt werden: vgl. Andrea Bleyer-Weiß, Tanzverbote im Erzbistum Salzburg. Öffentliche Unterhaltungen – Tanzen, in: Waltraud Froihofer (Hg.), Volkstanz zwischen den Zeiten. Zur Kulturgeschichte des Volkstanzes in Österreich und Südtirol, Graz 2012, S. 23–33; siehe dazu auch für die Schweiz: Ursula Pellaton, Tanz, in: Historisches Lexikon der Schweiz (Onlineversion), <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D11884.php> (02.06.2020).

750 Vgl. Anne Feuchter, „Und singen wir ein frisches Lied und tanzen einen Reigen“. Volkslied und Volkstanz in der Wandervogelzeit, in: Willi Bucher/Klaus Pohl (Hg.), Schock und Schöpfung. Jugendästhetik im 20. Jahrhundert, Darmstadt 1986, S. 419.

751 O. A., Statuten des „Wandervogel“. Schweizer. Bund für Jugendwanderungen, in: Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenten, 12/7 (1908), S. 235.

Zustimmung der Eltern erforderte. Auf seinem organisatorischen Höhepunkt führte der *Schweizer Wandervogel* im Sommer 1913 16 mehrtägige Touren mit insgesamt 1459 Teilnehmenden durch. Darunter waren acht Männer- und zwei Frauentouren. Die anderen sechs Touren wurden mit gemischten Gruppen durchgeführt. Die einzelnen Ortsgruppen organisierten weitere 244 Touren mit 1627 Männern und 385 Frauen.⁷⁵²

Für weibliche Mitglieder wie die spätere Frauenrechtlerin Emmi Bloch (1887–1978) bot die Wandervogelbewegung eine seltene Gelegenheit, die engen Konventionen zu umgehen, die im frühen 20. Jahrhundert die Bewegungsfreiheit heranwachsender Frauen einschränkten.⁷⁵³ Um den weiblichen Körper vor dem Zugriff männlicher Lust zu schützen, waren junge Frauen einem viel strengeren Kontrollregime unterworfen als die gleichaltrigen Männer. Im Wandervogel konnten sie jedoch an den gleichen Freizeitaktivitäten teilnehmen wie ihre männlichen Altersgenossen. Darum war die Teilnahme an den Wanderungen für junge Frauen mit einem doppelten Autonomieversprechen verbunden: Als Jugendliche erlangten sie mehr Unabhängigkeit von den Eltern und als Frauen erkämpften sie sich neue Freiräume in einer patriarchalen Gesellschaft.⁷⁵⁴

Das gemischtgeschlechtliche Wandern erregte jedoch immer wieder die Gemüter. Einige Eltern störten sich vor allem an den gemeinsamen Übernachtungen in Massenlagern, Scheunen und Zelten. Und tatsächlich gab es unter den Jugendlichen immer wieder Liebesbeziehungen.⁷⁵⁵ Weil sich diese Romanzen unweigerlich auf

752 O. A., Tabellen, in: *Wandervogel*, 5/6 (1913), S. 96 f.

753 Emmi Bloch absolvierte 1910 eine Ausbildung in der ersten schweizerischen Ausbildungsstätte für soziale Arbeit und betreute in der Folge zwischen 1911 und 1916 Tuberkulosekranke. Mit Ausbruch des Ersten Weltkrieges arbeitete sie zudem in der *Frauenhilfe*, die ab 1916 zur *Zürcher Frauenzentrale* umgewandelt wurde. Als Sekretariatsleiterin lancierte sie eine der ersten Berufsberatungsstellen für Mädchen und Frauen und gründete 1921 die *Schweizerische Zentralstelle für Frauenberufe* und den *Berufsverband für Sozialarbeitende Zürich*. Zwischen 1939 bis 1944 war Bloch Redakteurin des *Schweizer Frauenblattes*: vgl. Regula Fierz/Eva Büschi, Ein Leben für die Frauensache. Emmi Bloch (1887–1978): Pionierin für Sozialarbeit und Journalismus, in: Doris Brodbeck/Yvonne Domhardt/Judith Stofer (Hg.), Siehe, ich schaffe Neues. Aufbrüche von Frauen in Protestantismus, Katholizismus, Christkatholizismus und Judentum, Bern 1998, S. 191–209.

754 Siehe zur Geschichte von Frauen in der bürgerlichen Jugendbewegung: Rosemarie Schade, Ein weibliches Utopia. Organisationen und Ideologien der Mädchen und Frauen in der bürgerlichen Jugendbewegung 1905–1933, Witzhausen 1996.

755 Vgl. Maya Künzler, „Jetzt, da wir alle nach Bewegung suchen“. Der Schweizer Wandervogel – die erste, bürgerliche Jugendbewegung im Umfeld ihrer Zeit, Lizentiatarbeit Universität Zürich 1991, S. 74–79. Interessant sind hier vor allem auch die

die Gruppendynamik auswirkten, gab es um 1910 auch immer mehr Wandervögel, die sich gegen das sogenannte Gemischtwandern aussprachen und reine Männerbünde als ideale Erziehungsgemeinschaften forderten. Dabei orientierten sie sich an einigen deutschen Wandervogelgruppen, die von Anfang an keine Frauen in ihren Reihen akzeptiert hatten. Einer der Wortführer dieser männerbündischen Gruppen war der ebenso einflussreiche wie umstrittene Schriftsteller Hans Blüher (1888–1955). Er behauptete, dass es nur in einem Bund aus Männern wahre Freundschaft und Gemeinschaft geben könne. Nur die männliche Homosexualität sichere den Zusammenhalt in einer Gruppe. Im Unterschied zur Heterosexualität, die lediglich die biologische Fortpflanzung sicherstelle, vertiefte die Liebe unter den Männern das Gemeinschaftsgefühl. In seiner Publikation *Erotik in der männlichen Gesellschaft* (1919) weitete Blüher dieses männerbündische Konzept auf die ganze Gesellschaft aus. In Anlehnung an die platonische „Knabenliebe“ im antiken Griechenland befürwortete er darin auch homosexuelle Beziehungen zwischen älteren Männern und Minderjährigen als Grundlage einer männerbündischen Erziehung.⁷⁵⁶ Als „pädagogischer Eros“ getarnt, legitimierte der einflussreiche Schriftsteller damit pädosexuelle Straftaten. So wurde bereits 1908 Blühers Wegbegleiter Wilhelm Jansen (1866–1943) wegen Missbrauchsvorwürfen aus dem *Alt-Wandervogel* ausgeschlossen. Trotzdem konnte er sich wenige Jahre später am Aufbau des *Jung-Wandervogels* beteiligen.⁷⁵⁷

Die tatsächlichen Dimensionen des pädosexuellen Missbrauchs in der Jugendbewegung sind in der Forschung bisher nur ansatzweise aufgearbeitet worden. Klar scheint jedoch, dass das Konzept des „pädagogischen Eros“ über Jahrzehnte hinweg als Vorwand für pädosexuelle Übergriffe diente.⁷⁵⁸ Ob es

Interviews, die Maya Künzler mit ehemaligen Mitgliedern des Schweizer Wandervogels führte und die Auszüge aus einem Tagebuch eines Mitglieds. Neben dem kameradschaftlichen Verhältnis zwischen den jungen Männern und Frauen gab es natürlich auch Liebesbeziehungen.

756 Siehe zur männerbündischen Gesellschaftskonzeption bei Hans Blüher: Claudia Bruns, *Politik des Eros. Der Männerbund in Wissenschaft, Politik und Jugendkultur (1880–1934)*, Köln 2008.

757 Vgl. Christian Füller, *Missbrauch, Gewalt, Ideologie. Wie Ideen sexuelle Gewalt ermöglichen*, in: Wilfried Breyvogel (Hg.), *Pfadfinderische Beziehungsformen und Interaktionsstile. Vom Scoutismus über die bündische Zeit bis zur Missbrauchsdebatte*, Wiesbaden 2017, S. 237–251; siehe dazu auch: Magdalena Klinger, *Pädagogischer Eros. Erotik in Lehr-/Lernbeziehungen aus kontextanalytischer und ideengeschichtlicher Perspektive*, Berlin 2011, S. 205 f.

758 Vgl. Christian Füller, *Die Revolution missbraucht ihre Kinder. Sexuelle Gewalt in deutschen Protestbewegungen*, München 2015; siehe zur einsetzenden Aufarbeitung

auch im *Schweizer Wandervogel* vergleichbare Übergriffe gab, muss hier offenbleiben, weil es dazu noch keine Forschung gibt. Bekannt ist jedoch, dass Hans Blühers männerbündische Ideen und Erziehungskonzepte auch in der Schweiz intensiv rezipiert wurden. Die Forderung nach Wanderungen und Bergtouren mit ausschliesslich männlichen Teilnehmern gewann in den 1910er Jahren auch im *Schweizer Wandervogel* zunehmend an Gehör. Die antifeministischen Diskurse und männerbündischen Ideen verstärkten sich insbesondere während des Ersten Weltkrieges und führten 1919 dazu, dass sich der *Schweizer Wandervogel* in strikt getrennte Männer- und Frauengruppen aufteilte.⁷⁵⁹

4.3 Vom Hohen Meißner in den Grenzbunker: Die Schweizer Jugendbewegung zwischen Lebensreform und Aktivdienst

Die Jugend für die Lebensreform gewinnen: Das freideutsche Meißnertreffen und der *Vortrupp-Bund*

Im Juli 1913 berichtete das *Blättli* von der anstehenden „Jahrhundertfeier“ der Leipziger Völkerschlacht. Neben den „Gedenkfesten“ der deutschen „Sänger- und Kriegervereine“, die das Ereignis mit „viel Hurra und Bier“ verherrlichen würden, plane die abstinenteste deutsche Studentenverbindung *Akademische Freischar* „eine große Feier des jungen deutschen Geschlechts“. Damit würden sie nicht nur an die Leistungen der Studenten in den antinapoleonischen Kriegen und an das Wartburgfest von 1817 erinnern, sondern auch gegen „das Ungesunde in den jetzigen Sitten“ protestieren. An der Versammlung auf dem Hohen Meißner bei Kassel werde es „Ansprachen, volkstümliche[...] Spiele[...] und Wettkämpfe[...], Geländespiele[...], Wanderfahrten, Volkstänze und Lieder“ geben. Das Treffen werde erstmals „alle jene Jugendkräfte“ versammeln, die nach „Gesundung“ und „Befreiung“ strebten.⁷⁶⁰

der Missbrauchsthematik in der Forschung zur Jugendbewegung auch: Sven Reiß, Päderastie in der deutschen Jugendbewegung. Eine kulturwissenschaftliche Annäherung, in: *Zeitschrift für Pädagogik*, 62/5 (2016), S. 670–683; Sven Reiß, „Renaissance des Eros paidikos“. Erotisch-sexuelle Leitbilder und Alltagspraxen in der deutschen Jugendbewegung, in: Karl Braun/Felix Linzner/John Khairi-Taraki (Hg.), *Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“*, Göttingen 2017, S. 61–75.

759 Vgl. Baumann, *Der Schweizer Wandervogel*, S. 29–39.

760 Hans Jaeger, *Eine Jahrhundertfeier*, in: *Wandervogel*, 5/2 (1913), S. 18.

Am 11. und 12. Oktober 1913 versammelten sich 2000 bis 3000 junge Menschen auf dem Hohen Meißner zu diesem „Ersten Freideutschen Jugendtag“.⁷⁶¹ Im Anschluss wurde das Treffen als erste grosse Manifestation jugendlicher Emanzipationsbestrebungen gefeiert. Berühmt wurde vor allem die „Meißnerformel“, mit der die Jugendlichen ein Leben „nach eigener Bestimmung, vor eigener Verantwortung, in innerer Wahrhaftigkeit“ forderten. Dabei erschien die Veranstaltung durch das breite, mediale Echo und die gezielte Selbstinszenierung der Teilnehmenden grösser und wirkungsmächtiger als sie tatsächlich war.⁷⁶² Eigentlich sollte dieses „Fest der Jugend“ die verschiedenen Jugendgruppen in Kontakt bringen, tatsächlich folgten dem Aufruf aber vor allem abstinenten Schüler- und Studentenverbindungen wie die *Germania*, der *Deutsche Bund abstinenter Studenten* und die *Deutsche Akademische Freischar*.⁷⁶³ Diese Abstinenzgruppen verabschiedeten dann auch einen Zusatz zur „Meißnerformel“, der eine strikte Alkohol- und Tabakabstinenz an allen zukünftigen Jugendtreffen vorschrieb. In den meisten Wandervogelbänden wie dem *Alt-Wandervogel* stiess diese Forderung auf Ablehnung. Sie kritisierten den Vorstoss als Versuch der Abstinenzbewegung, die Jugendlichen für ihre Propagandazwecke einzuspannen. Die meisten deutschen Wandervögel lehnten es

761 Siehe zum „Ersten Freideutschen Jugendtag“ auf dem Hohen Meißner u. a.: Uwe Puschner, *Der Erste Freideutsche Jugendtag auf dem Hohen Meißner am 11. und 12. Oktober 1913*, in: Philippe Alexandre/Reiner Marcowitz (Hg.), *L'Allemagne en 1913. Culture mémorielle et culture d'avant guerre/Deutschland im Jahre 1913. Erinnerungs- und Vorkriegskultur*, Nancy 2013, S. 139–155; Barbara Stambolis/Jürgen Reulecke (Hg.), *100 Jahre Hoher Meißner (1913–2013). Quellen zur Geschichte der Jugendbewegung*, Göttingen 2015.

762 Wie der Historiker Christian Niemeyer kritisch betont, trug auch die Geschichtsforschung zur nachträglichen Mythenbildung bei: vgl. Christian Niemeyer, *Mythos Jugendbewegung. Ein Aufklärungsversuch*, Weinheim 2015, S. 37–51.

763 Als einer der wichtigsten Initianten des Meißner-Treffens gilt Knud Ahlborn (1888–1977). Er hatte 1907 zusammen mit Hans Harbeck (1887–1968) an der Universität Göttingen die *Deutsche Akademische Freischar* (1908 folgte der Zusammenschluss zum *Bund Deutscher Akademischer Freischaren*) gegründet. Ähnlich wie die *Liberitas* in der Schweiz setzten sich diese Studentenverbindung mit Vorträgen und Diskussionsabenden gegen die studentischen Trinksitten ein. Jedoch verfolgte sie keine strikte Abstinenzpolitik, stattdessen engagierte sie sich stark für Wanderungen, sportliche Aktivitäten und förderte körperkulturelle Praktiken wie Turnen und Gymnastik: vgl. Bias-Engels, *Zwischen Wandervogel und Wissenschaft*, S. 54–66.

jedoch ab, politische oder sozialreformerische Ziele zu verfolgen. Darum blieben bis auf den kleinen *Jung-Wandervogel* alle Wandervogelbünde dem Meißnertreffen fern.⁷⁶⁴

Damit war der „Erste Freideutsche Jugendtag“ vor allem eine Veranstaltung der jugendlichen Abstinenzbewegung und reformpädagogischer Kreise. Zugleich versuchte ein neuer, lebensreformerisch orientierter Akteur sich als „Führer der Jugend“ zu präsentieren.⁷⁶⁵ Der kurz zuvor gegründete *Deutsche Vortrupp-Bund* unterstützte nicht nur die Forderung nach Alkohol- und Tabakabstinenz, sondern versuchte die Jugendlichen für eine viele umfassendere Lebensreform zu gewinnen. Die Gruppierung wurde von Hermann Popert (1871–1932) und Hans Paasche (1881–1920) ins Leben gerufen. Die beiden hatten sich als Schriftsteller einen Namen in der Wandervogelbewegung gemacht. Der Hamburger Richter Popert war durch seinen enorm erfolgreichen Roman *Helmut Harringa* (1910) in jugendbewegten Kreisen bekannt geworden.⁷⁶⁶ Ebenso populär war Paasches fiktiver Reisebericht *Die Forschungsreise des Afrikaners Lukanga Mukara ins innerste Deutschland* (1912).⁷⁶⁷ Auffallend an beiden Werken war die enge Verknüpfung zwischen jugend-

764 Vgl. Linse, „Wir sträuben uns auch ein wenig gegen fanatische Reformer“, S. 222–227.

765 O. A., Was ist, was will der „Vortrupp“? In: Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes, 1/4 (1913), S. 19.; siehe dazu auch: O. A., Die deutsche Vortrupp-Jugend, in: Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes, 1/8-9 (1913), S. 37 ff.

766 Die Geschichte eines Ostfriesen, der gegen Alkoholismus, Kriminalität und Prostitution kämpft und dabei einen rassistischen Germanenkult propagiert, erreichte dutzende Auflagen mit hunderttausenden Exemplaren und entwickelte sich dadurch zu einem der meistgelesenen Bücher in jugendbewegten Kreisen. Der Harringa-Roman wurde auch in der Schweiz begeistert gelesen. Siehe dazu u. a.: Theodor von Greyerz, Hellmut Harringa, in: Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenten, 15/3 (1910), S. 73–77.

767 In diesem satirischen Kolonialroman bereist ein afrikanischer Forschungsreisender Deutschland. In kindlich-naiver Sprache beschreibt der fiktive Besucher die Luftverschmutzung und Lärmbelästigung in den deutschen Grossstädten und zeigt sich irritiert über den ungesunden Lebensstil der Deutschen. Das gesamte lebensreformerische Spektrum vom Vegetarismus über die Alkohol- und Tabakabstinenz bis zur Kleidungsreform und Körperkultur wird dabei systematisch abgehandelt. Aber auch das kapitalistische Wirtschaftssystem mit der ungerechten Verteilung des Bodens und der Ausbeutung der Frau erscheint dem afrikanischen Beobachter als unnatürlich. Mit dieser Umkehrung der kolonialen Asymmetrien versuchte Paasche die vermeintliche Überlegenheit der westlichen Zivilisation infrage zu stellen und wertete das Leben in Afrika als gesunde, naturverbundene Alternative auf.

bewegten Ausdrucksformen und lebensreformerischen Gesundheitspraktiken. Diese Verbindung zwischen Jugendbewegung und Lebensreform zeigte sich auch in der Zeitschrift *Vortrupp*, die die beiden ab 1912 zusammen herausgab.⁷⁶⁸ Die Zeitschrift versuchte zahlreiche Reformbestrebungen wie Naturheilkunde, Ernährungsreform, Jugendbewegung, neue Erziehungsmethoden, Frauenemanzipation, Sexualaufklärung, Naturschutz, Bodenreform und Reformsprachen zu verbinden und bereits bestehende Vereine und Bünde untereinander in Kontakt zu bringen. Dazu wurde im *Vortrupp* erstmals systematisch der „Lebensreform“-Begriff verwendet und lebensreformerische Bewegungen wie die Naturheil- oder Vegetarierbewegung wurden als „Lebensreformbewegung“ bezeichnet:

„Der Vortrupp‘ will auch nicht ein einziges der vielen Lebensreformorgane überflüssig machen oder auch nur im geringsten beeinträchtigen. [...] Er will allen denjenigen vom kraftvollen Wollen anderer künden, die bisher in ihrer Vereinsamung nur nach einer Richtung hin ihre Kraft zu entfalten suchten [...]. Unter den Lebensreformbewegungen unserer Zeit ist nicht eine, die nicht vom ‚Vortrupp‘ Nutzen gezogen hätte.“⁷⁶⁹

Diese Lebensreformbestrebungen wurden in der *Vortrupp*-Zeitschrift häufig mit Anliegen der völkischen Bewegung kombiniert, die sich wie die Jugend- und Lebensreformbewegungen um 1900 in Deutschland ausbreitete. Das Hauptziel dieser Bewegung war die Schaffung einer homogenen, nationalistisch auftretenden „Volksgemeinschaft“, die sich auf einen biologischen Rassebegriff stützt. Die in der Abstinenz- und Lebensreformbewegung verbreitete Sorge um eine

Zwar gehörte Paasche damit zu den wenigen Autoren dieser Zeit, die sich kritisch mit dem Kolonialismus auseinandersetzten und einen Austausch mit den kolonisierten Völkern anstrebte, seine Darstellung der afrikanischen Lebensweise hatte aber wenig mit den realen Lebensbedingungen in den afrikanischen Kolonien zu tun, sondern war vielmehr eine Projektion lebensreformerischer Gesundheits- und Natürlichkeitsideale. Tatsächlich rief Paasche in diesem Roman nicht dazu auf, von den „Urvölkern“ Afrikas eine natürlichere Lebensweise zu lernen, sondern propagierte die westliche Lebensreform als Anleitung für ein besseres Leben in der modernen Gesellschaft. Siehe dazu u. a.: P. Werner Lange, Hans Paasche, die Freideutsche Jugend und das verlorene Afrika, in: Historische Jugendforschung. Jahrbuch des Archivs der deutschen Jugendbewegung, 2 (2005), S. 57–68.

768 Vgl. Ulrich Linse, *Der Vortrupp (1912–1921). Ein lebensreformerisches Organ des fortschrittlich-liberalen Konservatismus*, in: Michel Grunewald/Uwe Puschner (Hg.), *Le milieu intellectuel conservateur en Allemagne, sa presse et ses réseaux (1890–1960)*, Bern 2003, S. 377–406.

769 O. A., *Grundlegendes zur Einführung*, in: *Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes*, 1/1 (1913), S. 1.

gesundheitliche „Degeneration“ durch eine falsche Ernährungsweise oder starken Alkoholkonsum wurde mit rassistischen und antisemitischen Warnungen vor einer Vermischung der vermeintlich überlegenen deutschen, arischen oder germanischen „Rasse“ mit Slawen oder Juden verknüpft. Die angestrebte „Regeneration“ konnte aus dieser völkischen Perspektive nicht ausschliesslich durch eine individuelle Umgestaltung des persönlichen Lebensstils erfolgen, sondern setzte auch eine koordinierte „Rassenzucht“ durch eine rassistisch geregelte Partnerwahl und Gesundheitsförderung voraus.⁷⁷⁰

Obwohl Popert und Paasche keine neue Organisation aufbauen wollten, bildeten sich bereits nach der ersten Ausgaben der Zeitschrift lokale, autonom agierende Lesezirkel, die sich bald darauf zum *Deutschen Vortrupp-Bund* zusammenschlossen. Daraufhin erschien in der *Vortrupp*-Zeitschrift regelmässig eine Beilage, die über die Aktivitäten der Organisation berichtete und eine Liste mit Kontaktadressen der lokalen Gruppen veröffentlichte. Bis Ende 1913 hatte der *Vortrupp-Bund* bereits über 50 Ortsgruppen mit 4000 Mitgliedern im gesamten deutschsprachigen Raum, darunter auch einige Ableger in der Schweiz.⁷⁷¹

Mit dem Anliegen, die Jugendbewegung für lebensreformerische Ziele zu gewinnen, scheiterte der *Vortrupp-Bund* jedoch. Schon 1914 nahmen Popert und Paasche an den Gesprächen zur Schaffung einer überbündischen *Freideutschen Jugend* gar nicht mehr teil. Die anwesenden Jugendgruppen lehnten jegliche Einflussnahme abstinenter und lebensreformerischer Organisationen ab und pochten auf ihre Eigenständigkeit. Später wurde sogar das Alkohol- und Tabakverbot aus den Statuten gekippt. Mit dem Ausbruch des Ersten Weltkrieges sank das Bedürfnis nach Experimenten in der Jugendbewegung noch weiter. Anstatt sich für Ernährungsfragen, Körperkultur und Sexualreformen einzusetzen, zogen viele Wandervögel in den Krieg. Darum scheiterte 1915 auch der Versuch des *Vortrupp-Bundes*, eine eigene „Lebensreformjugend“ aufzubauen.⁷⁷² Nach dem Krieg erschien die *Vortrupp*-Zeitschrift nur noch bis

770 Vgl. Uwe Puschner, *Die völkische Bewegung im wilhelminischen Kaiserreich*. Sprache, Rasse, Religion, Darmstadt 2001, S. 165–187; Uwe Puschner, *Lebensreform und völkische Weltanschauung*, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), *Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900*, Darmstadt 2001, S. 175–178.

771 Vgl. o. A., *Wir marschieren!* In: *Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes*, Jg. 1/4 (1913), S. 17. Siehe dazu auch die Adresslisten: O. A., *Anschrift der Vortrupp-Gruppen*, in: *Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes*, Jg. 1/4 (1913), S. 23 f.

772 Vgl. Linse, „Wir sträuben uns auch ein wenig gegen fanatische Reformer“, S. 228–231.

1921 und wurde dann mit der Kulturzeitschrift *Kunstwart* (1887–1937) zusammengelegt. Ebenso gliederte sich der *Vortrupp-Bund* in den *Dürerbund* ein.⁷⁷³

Luftige Reformkleider und Reiseproviant aus dem Reformhaus: Eine lebensreformerische Neuausrichtung des *Schweizer Wandervogels*?

Mit seinem lebensreformerischen Programm erregte der *Vortrupp-Bund* auch in der Schweizer Jugendbewegung einiges Aufsehen. Beispielsweise äusserte sich Hans Berlepsch-Valendàs (1890–1938) schon Anfang 1913 im *Blättli* begeistert über die *Vortrupp*-Zeitschrift.⁷⁷⁴ Die Lektüre müsse von „jedem denkenden und gesund empfindenden Menschen geradezu als Wohltat [...] empfunden werden [...]“.⁷⁷⁵ Berlepsch-Valendàs war nicht nur ein führendes Mitglied des *Schweizer Wandervogels* und Schriftleiter der Schweizer Wanderzeitschrift, sondern gehörte auch zu einer kleinen Delegation Schweizer Wandervögel, die zum Meißnertreffen gereist war.⁷⁷⁶ Zurück in der Schweiz unterstützte er den Vorstoss des damaligen Bundesvorstands Carl Mäder und einiger anderer Mitglieder, die Jugendorganisation für lebensreformerische Ziele zu öffnen.

Beim Führertag in Aarau am 1. und 2. November 1913 hatte Mäder eine Vorlage zur Umgestaltung des *Schweizer Wandervogels* vorgelegt. Darin attestierte er der Bewegung zwar einen durchschlagenden Erfolg: Sie habe das Wandern „salonfähig“ gemacht, der „Kochkessel“ sei „keine besondere Kuriosität mehr“ und die „Verleger von Volksliedern“ würden „goldene Zeiten“ feiern. Über diese „Fortschritte[...]“ dürfe sich die Wandervogelbewegung „ohne Selbstüberhebung wahrhaft freuen“. Das habe aber auch dazu geführt, dass der *Schweizer Wandervogel* „immer breiter werde“ und dadurch „immer mehr verflache.“⁷⁷⁷ Damit

773 Vgl. Linse, *Der Vortrupp* (1912–1921), S. 405 f.

774 Hans Berlepsch-Valendàs war der Sohn des berühmten Jugendstilkünstlers und Architekten Hans Karl Eduard von Berlepsch-Valendas (1849–1921), der sich für verschiedenste Reformbestrebungen wie die Bodenreform- und Gartenstadtbewegung einsetzte. Siehe dazu: Christina Melk-Haen, Hans Eduard von Berlepsch-Valendas. Wegbereiter des Jugendstils in München und Zürich, Egg 1993.

775 Hans Berlepsch-Valendàs, *Bücher und Zeitschriften*. „Der Vortrupp“, in: *Wandervogel*, 5/2 (1913), S. 27.

776 Im gleichen Jahr gründete Berlepsch-Valendàs als Student der Rechtswissenschaft in Bern zusammen mit dem Zürcher Medizinstudent Hans Jäger (1891–1921) die *Akademische Freischar* als neue Studentenverbindung, die die Wandervogelpraxis mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken zu verbinden versuchte: vgl. Baumann, *Der Schweizer Wandervogel*, S. 199–202.

777 Carl Mäder, *Unsere Arbeit*. Einleitende Ausführungen zur Diskussion am Führertag 1913, in: *Wandervogel*, 5/7 (1913), S. 1 f. (als Anhang zum Heft angefügt).

drohe „jedes höhere Ziel, jede ideale Richtung [...] verloren zu gehen“. Von der ehemals „mächtige[n] Kulturbewegung“ könnte bald nur noch „eine Vereinigung oberflächlicher und vergnügungssüchtiger, meinetwegen ganz fideler Dutzendmenschen“ übrig bleiben. Der *Schweizer Wandervogel* sei dann aber „kein edler Freundeskreis strebender, ringender Menschen mehr“, sondern nur noch „ein Verein für Abkochen und billige Reisen.“⁷⁷⁸ Um dieses Schicksal abzuwenden, brauche es eine „Neugestaltung der Jugendkultur unter den Gesichtspunkten: Körperkultur – Hebung der ästhetischen Kultur – sexuelle Erziehung – Erziehung zum richtigen Naturgenuß und zur wahren Heimatliebe – Willenskultur – durch grundsätzlichen Ausschluß des Alkohols als Nervengift.“⁷⁷⁹ Dieser Vorstoß wurde zwar am Führertag äusserst knapp mit 80 gegen 78 Stimmen angenommen und führte daraufhin im *Schweizer Wandervogel* zu lebhaften Debatten, jedoch blieb der angestrebte Wandel aus.⁷⁸⁰ Wie in Deutschland stemmte sich eine Mehrheit der Jugendlichen konsequent gegen lebensreformerische Zielsetzungen.

Einige lebensreformerische Ansätze hatten sich aber bereits zuvor in der alltäglichen Wandervogelpraxis etabliert. Neben der Alkohol- und Tabakabstinenz teilten die Jugendlichen insbesondere die Körperkultur und Kleidungsreform mit lebensreformerischen Bewegungen. Anfänglich wanderten die Wandervögel ebenso wie die *Helvetia*- und *Libertas*-Mitglieder noch mit Anzug, Hut, weissem Hemd und Krawatte. Die Jugendlichen erkannten aber bald, dass diese sittsame, bürgerliche Kleidung für die körperlich anstrengenden Touren nicht geeignet war. Wer sich viel bewegt, der schwitzt und fühlt sich deshalb in kurzer, luftdurchlässiger Kleidung wohler als in hochgeschlossenen Anzügen. Immer öfter wurden deshalb die Jacken und Hemden aufgeknöpft und die Krawatten durch luftige Schillerkragen ersetzt. Aufsehen erregten die Wandervögel auch mit ihrer Weigerung, in der Öffentlichkeit eine Kopfbedeckung zu tragen.⁷⁸¹ Später zogen die Jugendlichen auch mit kurzen Hosen in die Natur hinaus und die Frauen entschieden sich für einfache, wetterbeständige Reformkleider und dünne, luftdurchlässige Blusen.⁷⁸²

778 Ebd., S. 3.

779 Ebd., S. 6.

780 Siehe dazu u. a.: Hans Berlepsch-Valendàs, *Jugendkultur oder...?* In: *Wandervogel*, 5/7 (1913), S. 181–184.

781 Vgl. Anke Troschke, „Niemals werden kranke Modeaffen unserem Vaterlande Stützen sein“. Zur Kleidung des Wandervogels, in: Sabine Weißler (Hg.), *Fokus Wandervogel. Der Wandervogel in seinen Beziehungen zu den Reformbewegungen vor dem Ersten Weltkrieg*, Marburg 2001, S. 111–126.

782 Vgl. Ulrich Linse, *Die Freiluftkultur der Wandervögel*, in: Willi Bucher/Klaus Pohl (Hg.), *Schock und Schöpfung. Jugendästhetik im 20. Jahrhundert*, Darmstadt 1986, S. 404.

Beliebt waren beispielsweise die weiter oben beschriebenen Reformkleider von Gustav Jaeger und Heinrich Lahmann. So wurden auch im *Blättli* „Touren- und Reisehemden aus feinem, porösem Netzstoff“ oder „Sporthemden mit abnehmbarem Stehumlegkragen“ aus Wolle angeboten.⁷⁸³ Damit trieben die Wandervögel, ähnlich wie die Naturheilbewegung, die Entkleidung und Sichtbarwerdung des Körpers voran – wenn auch vorläufig nur im Freizeitbereich.⁷⁸⁴

Andere lebensreformerische Ansätze wie die Ernährungsreform wurden in *Schweizer Wandervogel* nur teilweise umgesetzt. So musste das Essen auf den Wanderungen und Touren nicht vegetarisch oder besonders gesund sein, sondern möglichst einfach und zweckmässig in der Zubereitung. In Wandervogel-Handbüchern gab es deshalb allerlei Rezepte für Suppen, Kartoffelgerichte und Eispeisen, wie auch eine breite Auswahl an unkomplizierten Fleischgerichten wie Gulasch, Würste, Fleischbrühe und Kutteln.⁷⁸⁵ Besonders beliebt waren auch Fertiggerichte wie Trockensuppen und Milchpulver. Im *Blättli* bewarben einige Hersteller wie *Maggi* ihre Produkte gezielt als Proviant für Wandervogeltouren.⁷⁸⁶ Andere Unternehmen versuchten die Jugendlichen sogar mit Werbegeschenken für sich zu gewinnen. Beispielsweise unterstützte die Konfitürenfabrik *Hero Lenzburg* 1914 ein Wandervogeltreffen in Bolligen mit Gratisprodukten. Die Bundesleitung bedankte sich für diese Geschenke mit einer konkreten Konsumempfehlung in ihrer Zeitschrift: „Wandervogel kauft Eure Sachen bei den Firmen, die ihr Interesse an unserer Sache dadurch bewiesen haben, daß sie uns zur Landsgemeinde eine Reihe von Geschenken erwiesen.“⁷⁸⁷

Wegen der abstinenten Ausrichtung des *Schweizer Wandervogels* gab es aber auch direkte Verbindungen zu lebensreformerischen Akteuren, insbesondere aus der Reformwirtschaft. Beispielsweise warb die *Alkoholfreie Weine AG* im *Blättli* für ihre Produkte und der *Frauenverein für Mässigkeit und Volkswohl*

783 O. A., Werbung für Sportartikel, in: *Wandervogel*, 6/1-2 (1914), S. 33.

784 Das kritisierte auch Hans Berlepsch-Valendäs: „Man wende mir nicht ein, auf unseren Fahrten ziehen wir ja die Kragen ab und öffnen der [sic] Rock und das Hemd. Was will das bedeuten, wenn’s einmal die Woche geschieht und sechsmal nicht.“: Hans Berlepsch-Valendäs, Etwas über Wanderkleidung und über Kleidung im Allgemeinen, in: *Wandervogel*, 5/3 (1913), S. 40 f.

785 Vgl. Bund für abstinente Jugendwanderungen (Hg.), *Der fahrende Geselle. Ein Ratgeber für Wanderfahrten und Führerbüchlein des Wandervogel*. Schweizer. Bund für abstinente Jugendwanderungen, St. Gallen 1912, S. 51–64.

786 O. A., Werbung für Maggi, in: *Wandervogel*, 4/1 (1912), S. 15.

787 O. A., Wandervögel, in: *Wandervogel*, 6/4-5 (1914), S. 74.

veröffentlichte Listen mit abstinenter Restaurants.⁷⁸⁸ Auch das *Vegetarierheim* in Zürich inserierte in der Schweizer Wandervogelzeitschrift, jedoch ohne auf die gesundheitsfördernde Wirkung der vegetarischen Ernährungsweise hinzuweisen.⁷⁸⁹ Ab 1913 versuchten weitere Unternehmen aus dem Umfeld der Naturheil- und Vegetarierbewegung den Wandervögeln ihre Produkte zu verkaufen. So pries beispielsweise der Reformwarenhersteller *Nuxo* seine Produkte als „Quelle der Kraft und Gesundheit“ an und betonte die Vorzüge dieser Nuss-erzeugnisse als energiereicher, platzsparender „Proviant für Wandervogel, Pfadfinder, Bergtouristen [und] Wanderer“. Auch das *Reformhaus Egli* warb nun regelmässig für seine praktischen „Touristensnacks“. ⁷⁹⁰ Es gab im *Schweizer Wandervogel* aber nie Aufrufe, die Wanderungen nicht nur alkoholabstinent, sondern auch vegetarisch durchzuführen.

Ein Programm zur „allgemeinen, edlen und durchgreifenden Lebensreform“: Die *Helvetia* als „Schweizer Vortrupp“?

Ähnlich wie im *Schweizer Wandervogel* brach auch in der abstinenter Mittelschulverbindung *Helvetia* um 1913 eine Debatte über die Ziele der Jugendbewegung aus. Schon 1912 hatte der Zentralausschuss gefordert, dass die *Helvetia* „nicht mehr allein auf dem Abstinenzgedanken herumreiten“ dürfe, sondern sich auch für „die Erhaltung der körperlichen Gesundheit“ einsetzen müsse.⁷⁹¹ Später beklagte sich ein Mitglied im *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenter*, dass das „grosse Feuer“ in der *Helvetia* „verpufft“ sei und fragte sich, ob diese Jugendgruppe noch eine „Existenzberechtigung“ habe, nachdem die „Abstinenzidee“ bereits Allgemeingut geworden sei.⁷⁹² Tatsächlich waren die Abstinenzforderungen um 1910 nicht mehr so umstritten, wie noch im ausgehenden 19. Jahrhundert. Mit der Normalisierung abstinenter Lebensweisen und der Etablierung alkoholfreier Getränke und Gaststätten verlor die Thematik zunehmend an Protestpotential und damit auch an Attraktivität für die Jugendlichen. So spottete der abstinente Student weiter, dass die Bewegung nur noch dort aktiv sei, „wo Schulbehörden noch so verständlich [seien], einen

788 O. A., Werbeanzeigen für alkoholfreie Produkte, in: *Wandervogel*, 1/1 (1909), S. 7.

789 Vgl. ebd., S. 7 f.

790 O. A., Werbeanzeige für Reformhaus Egli, in: *Wandervogel*, 6/1,2 (1914), S. III.

791 Oskar Hürsch, *Helvetia*. Rundschreiben des Zentralausschusses, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenter*, 17/2 (1912), S. 33.

792 Ludw. Finckh., Vom Geist in der *Helvetia*, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinenter*, 18/7 (1914), S. 166.

Abstinenzverein zu bedrängen und knapp zu halten“.⁷⁹³ Um wieder mehr Leben in die abstinenten Verbindungen zu bringen, sei eine „grosse Weitung des Geistes der Helvetia“ nötig, sonst könne sie sich „begraben lassen oder sich ein-spinnen, wie die Seidenraupe in ihren selbstgewobenen Faden der Tradition mitsamt ihrer Abstinenz“.⁷⁹⁴

Um die *Helvetia* aus der Krise zu holen, wollten sich einige Mitglieder am „Programm einer allgemeinen, edlen und durchgreifenden Lebensreform“ orientierten, wie sie der *Deutsche Vortrupp-Bund* propagierte:

[...] Schulreform, Arbeitsschulen, Studentenbewegung, pädagogische Fragen, dann über Sport und Körperkultur, Wandervogel und Pfadfinder, ferner über volksgesundheitliche und andere hygienische Fragen, Abstinenz, Ernährungs-, Wohnhaus-, Gasthaus- und Bäderreformen, Bekleidungsreform, gesellschaftliche und soziale Verhältnisse und Misstände, Jugendgerichte, Frauenbewegung usw. [...]“⁷⁹⁵

Die *Helvetia* müsse sich die „Vortruppidee [...] zu eigen machen“ und das *Correspondenzblatt* zu einem „schweizerische[n] Vortrupp“ ausbauen, um wieder an Relevanz zu gewinnen.⁷⁹⁶ Mit diesem Anliegen gelangte erstmals auch der „Lebensreform“-Begriff in die Jugendbewegung der Schweiz.

Unterstützung erhielt dieser Vorstoss durch die Zürcher Ortsgruppe des *Vortrupp-Bundes*, die sich im Herbst 1913, nur kurz nach dem Meißnertreffen, in einem Beitrag im *Correspondenzblatt* zu Wort meldete. Darin rief sie die abstinenten Studierenden nicht nur zum „geeinten Kampf“ gegen Alkoholkonsum auf, sondern auch für zahlreiche andere Reformbestrebungen wie Vegetarismus, Schulreform, Bodenreform, Heimat- und Naturschutz, Friedensbewegung und die Gleichberechtigung der Frau.⁷⁹⁷ Zugleich forderte sie die Schweizer Jugend dazu auf, sich nach dem Vorbild des „Ersten Freideutschen Jugendtages“ zu einem „Schweizerischen Jugendtag“ auf dem „geweihten Boden des Rütli“ zu versammeln.⁷⁹⁸ Die Idee, „Wandervögel und Helvetianer, Pfadfinder und Landerziehungsheime, Freischaren und Libertaner“ an einem „allgemeinen freien Jugendtag“ in Kontakt zu bringen, griff später auch Hans

793 Ebd., S. 166.

794 Ebd., S. 167.

795 A. Jecklin, Der Vortrupp, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 17/5 (1913), S. 83.

796 Ebd., S. 83.

797 Vgl. o.A., *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 18/3 (1913), S. 78–83, zitiert S. 78.

798 Ebd., S. 83.

Berlepsch-Valendàs in der Schweizer Wandervogelzeitschrift auf.⁷⁹⁹ Ein solches Treffen kam in der Schweiz aber vor dem Ausbruch des Ersten Weltkrieges nicht mehr zustande.

Anders als die Wandervögel setzten die abstinenten Schülerinnen und Studenten den Aufruf, sich mit neuen Zielen zu beschäftigen, konsequent um. So berichtete das *Correspondenzblatt* nach 1913 über zahlreiche Reformbestrebungen wie Psychoanalyse⁸⁰⁰, Wohnungsreform und Gartenstadt⁸⁰¹, Friedensbewegung⁸⁰² und Frauenrechte⁸⁰³. Auch lebensreformerische Gesundheitspraktiken erhielten mehr Raum als zuvor. Beispielsweise befasste sich ein ausführlicher Artikel im *Correspondenzblatt* mit der Abstimmung über das Zürcher Medizinalgesetz. Der Autor versuchte in diesem Beitrag die bisweilen gehässige Feindschaft zwischen der Naturheilbewegung und akademisch ausgebildeten Ärzten zu ergründen, jedoch ohne sich dabei auf eine der beiden Seite zu schlagen. So äusserte sich der Artikelschreiber skeptisch über den „verwirrenden Haufen von Ansprüchen, die unter dem Namen Naturheilkunde erhoben“ würden. Man könne nicht nur „auf das Wort Natur pochend, die Natur einfach walten lassen“, sondern müsse auch die Erkenntnisse der „wissenschaftlichen Medizin“ berücksichtigen. Jedoch lobte er die Naturheilbewegung für ihre Bemühungen, eine „natürliche[...] Lebensweise unter dem Volke“ zu verbreiten.⁸⁰⁴

Vom Hohen Meißner in die Niederungen des Ersten Weltkrieges: Das schlagartige Ende der lebensreformerischen Vorstösse

Die lebhafteste Aufbruchsstimmung, die durch die lebensreformerische Neuausrichtung in den abstinenten Verbindungen hervorgerufen wurde, kam mit dem Beginn des Ersten Weltkrieges zu einem abrupten Ende. Fortan war der Krieg über Jahre hinweg das alles überlagernde Thema. So betonte ein abstinenter Student im *Correspondenzblatt*:

799 Hans Berlepsch-Valendàs, Helvetia, in: Wandervogel, 5/4 (1913), S. 57.

800 Vgl. Julius Niedermann, Die Psychoanalyse keine Sensationswissenschaft, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 17/9 (1913), S. 174–178.

801 Vgl. Max Türler, Wohnungsreform, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 18/4 (1914), S. 93–96.

802 Vgl. R. Debrunner, Krieg oder Frieden – unser Militär, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 18/3 (1913), S. 71 ff.

803 Vgl. G. Sch., Ein neuer Beruf für uns abstinente Mädchen, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 17/10 (1913), S. 192 ff.

804 Arnold Versell, Naturheilkunde und Medizin, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 17/8 (1913), S. 155.

Unsere friedliche Arbeit, deren Ziel und Zweck geistige und körperliche Ertüchtigung unseres Volkes war, ist plötzlich durch den gellenden Schall der Kriegstrompeten unterbrochen worden, die Millionen Freunde und Volksgenossen zu den Waffen, zur Verteidigung des Vaterlandes gegen Hass und Einbruch rief.⁸⁰⁵

Zwar gab es immer wieder Bemühungen, die Alkoholabstinenz als wichtiges Mittel zur Steigerung der Wehrkraft zu propagieren, die meisten lebensreformerischen Gesundheitspraktiken blieben jedoch in der Kriegszeit auf der Strecke. Auch die Organisationsstrukturen und publizistischen Tätigkeiten litten massiv unter den Folgen der allgemeinen Mobilmachung in der Schweiz. Am 3. August 1914 waren viele Mitglieder der *Helvetia* und *Libertas* zum Aktivdienst eingerückt und konnten sich deshalb nicht mehr um die Arbeit in den abstinenten Verbindungen kümmern. So vermeldete das *Correspondenzblatt* kurz nach der Mobilmachung, dass der Schriftleiter Rudolf Lattmann „verschwunden“ sei und wohl „irgendwo unter den Grenztruppen“ seinen Dienst leiste.⁸⁰⁶

Einen grossen Einschnitt bedeutete die Mobilmachung auch für den *Schweizer Wandervogel*. Fast alle Gruppenführer und Mitglieder des Bundesvorstands mussten einrücken. Wie in Deutschland gab es einige Wandervögel, die sich auf das Erlebnis in der Armee freuten und dem Dienstbeginn entgegenfieberten. So schrieb ein Mitglied im *Blättli* der Wandervögel:

Hurra! Endlich! Morgen geht's an die Front! Da ist er der Befehl, den ich seit neun Wochen täglich, stündlich erhoffte. Nun darf auch ich meine höchste Pflicht erfüllen. Ich darf sie mithalten, die treue Wacht an den Grenzen unseres geliebten Vaterlandes, dieses kleinen Fleckchens Erde, das im lodernen Flammenmeer dieses größten Krieges zu versinken scheint.⁸⁰⁷

Jedoch löste sich diese anfängliche Begeisterung schnell wieder auf. Zwar blieb die Schweiz von direkten Kriegshandlungen verschont, doch die Meldungen über deutsche Wandervögel, die an der Front ihr Leben verloren, liess auch im *Schweizer Wandervogel* die Stimmung kippen. In Deutschland wurde eine ganze Generation jugendbewegter Männer auf den Schlachtfeldern des Ersten Weltkrieges getötet. Viele deutsche Abstinenz-, Pfadfinder- und

805 Holitscher, Alkohol zu Kriegszeiten, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 19/1 (1914), S. 1.

806 Wolfensberger, Redaktion, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 19/1 (1914), S. 24.

807 Karl Fiedler, o.T., in: *Wandervogel*, 6/4-5 (1914), S. 61.

Wandervogelgruppen mussten nach dem Krieg komplett neu aufgebaut werden oder lösten sich auf.⁸⁰⁸ Doch auch Schweizer Jugendgruppen waren vom Krieg direkt betroffen. Vor allem in der *Helvetia* und *Libertas* waren zahlreiche Deutsche aktiv, die mit dem Kriegsausbruch in ihr Heimatland zurückkehren mussten, um in den Krieg zu ziehen. Das *Correspondenzblatt* beklagte beispielsweise schon im Dezember 1914 den Tod des früheren Zentralpräsidenten der *Helvetia* Wilhelm Essler: „Seine Studienjahre verbrachte er in Deutschland, so dass ihn die jüngere Generation in Helvetia und Libertas nicht mehr kannte. Die älteren aber unter uns bewahren dem lieben Kameraden ein treues Andenken.“⁸⁰⁹

Voller Sorge über die Zukunft der Jugendbewegung äusserte sich auch Hans Berlepsch-Valendàs, der als Korporal der 3. Telegrafien-Pionier-Kompanie an der französischen Grenze stationiert war. Seine Briefe an die *Schweizer Wandervogelzeitschrift* zeugen von der Desillusionierung, die viele Wandervögel in dieser ersten Situation ergriff. So schrieb er, dass angesichts des Krieges „Dinge wie Wandervögel und Jugendbewegung vollständig vor den allereinfachsten und doch wichtigsten Menschheits- und Lebensfragen“ zurückgewichen seien.⁸¹⁰ Vor dem Hintergrund des gespenstischen „Dröhnen[s]“ der Kanonen im nahegelegenen Frankreich fragte er sich, ob die Wandervogelbewegung nicht nur ein „schöner Traum gewesen sei“, der jetzt vom „fegenden Sturm“ hinweggeblasen werde.⁸¹¹ Nach dem Krieg kehrte Berlepsch-Valendàs zwar nicht mehr in die Jugendbewegung zurück, engagierte sich aber in anderen Reformbewegungen. So gründete er in Bern ein Ableger der jugendbewegten Neuwerkbewegung, die dem religiösen Sozialismus nahestand.⁸¹² 1923

808 Neue Jugendgruppen wie die *Adler und Falken* oder der *Deutschnationale Jugendbund* verfolgten in dieser „bündischen Phase“ der deutschen Jugendbewegung einen deutlich nationalistischeren Kurs als die Vorkriegsjugend und orientierte sich oftmals an völkischen Ideologien. Insgesamt nahm die Anzahl, aber auch Heterogenität der verschiedenen Jugendgruppen in der Weimarer Republik deutlich zu. Siehe zur bündischen Jugendbewegung in der Zwischenkriegszeit: Ahrens, *Bündische Jugend*.

809 Vgl. Wilhelm Essler, in: *Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente*, 19/3 (1914), S. 60.

810 Hans Berlepsch-Valendas, *Von unseren Soldaten*, in: *Wandervogel*, 6/4-5 (1914), S. 58.

811 Ebd., S. 59 f.

812 Vgl. Hans-Peter Thun, *Hans von Berlepsch-Valendàs 25.12.1890 – 18.3.1938. Eine Spurensuche*, in: *Reichwein Forum*, 19 (2013), S. 29–33; siehe zur Neuwerkbewegung: Antje Vollmer, *Die Neuwerkbewegung. Zwischen Jugendbewegung und religiösem Sozialismus*, Freiburg im Breisgau 2016.

ging er nach Thüringen, um die Leitung der Volkshochschule des bekannten Reformpädagogen Adolf Reichwein (1898–1944) zu übernehmen.⁸¹³

Der Krieg wirkte sich damit nicht nur katastrophal auf die deutsche Jugendbewegung aus, sondern traf auch die jugendbewegten Gruppierungen in der Schweiz. Obwohl viele junge Männer den Aktivdienst nach wenigen Monaten wieder verlassen durften, kehrten die meisten danach nicht mehr in die Jugendbewegung zurück. So brach die Mitgliederzahl des *Schweizer Wandervogels* 1915 um fast die Hälfte auf nur noch rund 850 ein. Während des Ersten Weltkrieges hielt dieser Abwärtstrend weiter an, sodass der *Schweizer Wandervogel* in der Zwischenkriegszeit nur noch rund 100–200 Mitglieder zählte.⁸¹⁴ Das bedeutete jedoch nicht das Ende der Jugendbewegung in der Schweiz. Zum einen füllten politische Jugendgruppen wie die *Sozialdemokratische Jugendorganisation der Schweiz* und der *Kommunistische Jugendverband der Schweiz* die Lücke.⁸¹⁵ Zum anderen gab es in den 1920er und 1930er Jahren neue Versuche, die jugendbewegten Ausdrucksformen und Aktivitäten mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken zu verbinden. Wie die Entstehung dieser lebensreformerischen Jugendbewegung ablief, wird im folgenden Kapitel dargestellt.

813 Siehe zum Zusammenhang zwischen Lebensreform, Jugendbewegung und Volkshochschulen das Kapitel 5.2.

814 Vgl. Baumann, *Der Schweizer Wandervogel*, S. 25 f. u. 46 f.

815 Siehe dazu: Petersen, *Radikale Jugend*.

5. Einen „neuen Menschen“ formen: Durch (Selbst-)Erziehung zur Lebensreform

Gesünder, harmonischer und zufriedener werden: Erziehung als Modus der Selbst- und Gesellschaftsreform

Mit ihren Praktiken, Dienstleistungen und Produkten versuchten Lebensreformer und Lebensreformerinnen die Auswirkungen der voranschreitenden Industrialisierung, Urbanisierung und Technisierung auf den Menschen erträglicher zu gestalten. Selbst unter den als krisenhaft gedeuteten Bedingungen der Industrie- und Konsumgesellschaft sollte ein gutes, harmonisches und gesundes Leben möglich sein. Alles, was der Einzelmensch dafür tun muss, ist seine Verhaltensweisen an ein spezifisches Regelsystem anzupassen: Es gilt, bestimmte Nahrungsmittel aus dem Ernährungsplan zu streichen, den eigenen Körper mit Reformprodukten zu pflegen und mit Naturheilmitteln zu behandeln. Ebenso muss die Freizeit nach genauen Vorhaben gestaltet werden – egal ob im Sonnenbad, Schrebergarten, Naturheilsanatorium oder auf einer Wanderung in den Bergen. Diese Anleitungen für ein besseres Leben vermittelten lebensreformerische Akteure über Bücher, Zeitschriften und Flugblätter oder präsentierten sie an Vortragsabenden und Diskussionsrunden. Um sich in die lebensreformerischen Gesundheitspraktiken zu vertiefen, war aber mehr als Aufklärung nötig. Wie zahlreiche andere Akteure aus Politik, Wissenschaft und Kultur im beginnenden 20. Jahrhundert entdeckten auch die Lebensreformerinnen und Lebensreformer die Erziehung als ideales Instrument, um ihre Vorstellungen zu vermitteln und in der Gesellschaft nachhaltig zu verankern. Ihr Ziel war die Erschaffung eines „neuen Menschen“, der gesünder, zufriedener und harmonischer in der modernen Gesellschaft lebt als die von Krankheit und innerer Zerrissenheit gezeichneten Zeitgenossen.⁸¹⁶

816 Siehe zur Idee des „neuen Menschen“ in lebensreformerischen Bewegungen: Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“; Stoff, *Ewige Jugend*, S. 269–375. Der „neue Mensch“ war aber auch in verschiedenen anderen Ideologien und politischen Weltanschauungen ein viel beschworenes Schlagwort, Symbol und Ideal. Siehe dazu u. a.: Nicola Lepp/Martin Roth/Klaus Vogel (Hg.), *Der Neue Mensch. Obsessionen des 20. Jahrhunderts*, Ostfildern-Ruit 1999; Alexandra Gerstner et al. (Hg.), *Der neue Mensch. Utopien, Leitbilder und Reformkonzepte zwischen den Weltkriegen*, Frankfurt a. M. 2006.

Mit diesem Ansatz waren lebensreformerische Bewegungen nicht allein. In gleichem Masse wie die Jugend als Projektionsfläche für politische Idealvorstellungen und gesellschaftliche Entwicklungsideen entdeckt wurde, erlebte auch die Erziehung einen enormen Bedeutungsgewinn. Es galt, die Heranwachsenden nach eigenen Überzeugungen zu formen und ihnen „Normen und Handlungsmuster, Wissensbestände und Praktiken“ zu vermitteln, mit denen sie sich in der Gesellschaft zurechtfinden konnten und die ihnen eine soziale und kulturelle Teilhabe ermöglichten.⁸¹⁷ Daran hatte vor allem der Staat ein grosses Interesse, der im Verlauf des 19. Jahrhunderts zur wichtigsten Bildungsinstanz aufstieg. Durch den Ausbau des öffentlichen Schulwesens erhielten in Ländern wie der Schweiz erstmals alle Kinder eine Grundausbildung. Damit war die Professionalisierung des Lehrerberufs und die Entstehung der Pädagogik als wissenschaftliche Disziplin verbunden.⁸¹⁸

In bürgerlichen Kreisen avancierte die Erziehung um 1900 zum Allheilmittel zur Überwindung der krisenhaften Entwicklungen der modernen Gesellschaft. Um sich an die Auswirkungen der Industrialisierung, Urbanisierung und Globalisierung anzupassen, sollten nicht nur Kinder und Jugendliche, sondern auch Erwachsene neue Fertigkeiten und Kompetenzen erlernen. Die Rede vom lebenslangen Lernen nahm in dieser Zeit ihren Anfang. Die Menschen mussten sich insbesondere auf die veränderten Arbeitsverhältnisse in der kapitalistischen Gesellschaftsordnung, die voranschreitende Rationalisierung im Arbeitsleben und neuartige Berufe in Fabriken und Büros einstellen. Im Zuge vielfältiger Demokratisierungsprozesse wurde zugleich die politische Bildung immer wichtiger. Nicht zuletzt musste auch die Gestaltung des Alltags in den neuen, urbanen Lebenswelten mit ihren rasant anwachsenden Freizeit-, Medien- und Konsumangeboten bewältigt werden.⁸¹⁹

Die Pädagogisierung der Lebensführung: Anleitungen für ein besseres Leben

Die Folge war eine „expansive Pädagogisierung des gesellschaftlichen Lebens“.⁸²⁰ Auf die verschiedensten Herausforderungen in Politik, Wirtschaft

817 Heinz-Elmar Tenorth, *Geschichte der Erziehung. Einführung in die Grundzüge ihrer neuzeitlichen Entwicklung*, Weinheim³2000, S. 16.

818 Siehe zur Entwicklung des Bildungssystems in der Schweiz: Lucien Criblez (Hg.), *Bildungsraum Schweiz. Historische Entwicklung und aktuelle Herausforderungen*, Bern 2008.

819 Vgl. Tenorth, *Geschichte der Erziehung*, S. 183–206.

820 Ebd., S. 204.

und Gesellschaft wurde zunehmend mit Bildungsinterventionen reagiert. Anstatt soziale Probleme mit „politische[n], rechtliche[n] oder ökonomische[n] Steuerungsstrategien“ zu begegnen, versuchten immer mehr Akteure „mit Hilfe von Erziehung, Bildung und Unterricht auf individuelle Dispositionen, d. h. Einstellungen, Handlungsbereitschaften und moralische Überzeugungen einzuwirken und die so erhoffte Verbesserung der Menschen für die Verbesserung der Welt zu nutzen.“ Auf diese Weise wurden „soziale Probleme in pädagogische Probleme umgedeutet“.⁸²¹ Das heisst, dass beispielsweise ökonomische Ungleichheit nicht mehr primär durch wirtschaftspolitische Massnahmen und Hilfestellungen bekämpft wurde, sondern mit Investitionen in die Bildung. Der Einzelmensch sollte dazu befähigt werden, die Herausforderungen und Zumutungen der modernen Gesellschaft selbstständig zu bewältigen, anstatt auf Hilfe durch Staat, Familie, Kirche oder andere gesellschaftliche Akteure zu vertrauen.⁸²²

Wie der Erziehungswissenschaftler Thomas Höhne hervorhebt, lässt sich Bildung und Erziehung in modernen Gesellschaften als „spezifische[r] Modus der Disziplinierung und Steigerung individueller und sozialer Rationalität“ bezeichnen.⁸²³ In Anlehnung an Foucaults Konzept der „Gouvernementalität“ beschreibt er, wie Menschen durch pädagogische Interventionen in ihrem Verhalten gelenkt werden, ohne sie jedoch in ihrer Handlungsfreiheit durch Verbote und Strafdrohung direkt einzuschränken. Sie werden zwar als entwicklungsfähige Subjekte mit eigenen Wünschen, Bedürfnissen und Fähigkeiten anerkannt, benötigen aber trotzdem Anleitungen, um sich in der modernen Gesellschaft zurechtzufinden. Sie sind frei in ihren Handlungen, erhalten aber dauernd Ratschläge, wie sie leben sollen. Daraus ergibt sich ein komplexes Zusammenspiel aus Selbst- und Fremdführung. Das Ziel sind produktive Menschen, die sich flexibel an die kapitalistische Marktlogik anpassen.

821 Matthias Proske, Pädagogisierung und Systembildung. Das Pädagogische im gesellschaftlichen Umgang mit dem Dritte-Welt-Problem, in: Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, 5/2 (2002), S. 280.

822 Siehe zu den historischen Kontinuitäten dieser Pädagogisierungsprozesse: Lukas Boser et al., Die Pädagogisierung des „guten Lebens“ in bildungshistorischer Sicht, in: Jahrbuch für historische Bildungsforschung, 23 (2017), S. 303–332.

823 Thomas Höhne, Pädagogisierung sozialer Machtverhältnisse, in: Erich Ribolits/Johannes Zuber (Hg.), Pädagogisierung. Die Kunst, Menschen mittels Lernen immer dümmer zu machen! schulheft, 29/116 (2004), S. 35; siehe zum Konzept „Gouvernementalität“ u. a. auch: Bröckling/Krasmann/Lemke (Hg.), Gouvernmentalität der Gegenwart.

In Verbindung mit der voranschreitenden Ökonomisierung der Gesellschaft bringt diese Pädagogisierung ein Subjekt hervor, das sich ein Leben lang fortbildet und ständig am eigenen Selbst arbeitet, damit es im sozialen und ökonomischen Wettbewerb mithalten kann. Weil die moderne Gesellschaft mit ihrer zunehmenden Differenzierung und voranschreitenden Technisierung immer neue Kompetenzen und Fertigkeiten nachfragt, ist dieser Selbstbildungsprozess nie beendet – es gibt ständig eine Möglichkeit, sich selbst zu optimieren. Wer sich besonders schnell an die neuen Herausforderungen anpassen kann, ist dabei im Vorteil. Damit ist Erziehung in modernen Gesellschaften auch ein wichtiges Instrument der Subjektivierung.⁸²⁴

An diesem Punkt setzten lebensreformerische Akteure mit ihren Gesundheitspraktiken an: Sie stellten Anleitungen zur Selbstveränderung zur Verfügung, mit deren Hilfe sich der Einzelmensch laufend optimieren und an die sich wandelnde Gesellschaft anpassen konnte. Nach Foucault ermöglichen solche „Technologien des Selbst“ dem Einzelnen „aus eigener Kraft“ oder mit Hilfe anderer eine Reihe von Operationen an seinem Körper oder seiner Seele, seinem Denken, seinem Verhalten und seiner Existenzweise vorzunehmen, mit dem Ziel, sich so zu verändern, daß er einen gewissen Zustand des Glücks, der Reinheit, der Weisheit, der Vollkommenheit oder der Unsterblichkeit erlangt.⁸²⁵ Wie die Historikerin Maren Möhring hervorhebt, funktionierte beispielsweise die Gymnastik als „individualisierte und außerinstitutionelle Form[...] des Einwirkens auf den eigenen Körper“. Im Unterschied zum weitverbreiteten Turnen basierten die „individuell durchgeführte[n]“ Übungen auf „Freiwilligkeit und Eigenmotivation“.⁸²⁶ Durch Ratgeber und Kurse konnten sich die Lebensreformer und Lebensreformerinnen Expertenwissen über die korrekten Bewegungsabläufe aneignen und danach selbstbestimmt am eigenen Körper und der eigenen Gesundheit arbeiten. Dieses „individualisierte[...] Körpermanagement“ beruhe nicht mehr auf „Fremdüberwachung“ durch eine Autoritätsperson, sondern auf „gegenseitiger („demokratisierter“) Kontrolle und Selbstüberwachung“. Gerade die „Freiwilligkeit“ ermögliche eine optimale

824 Vgl. Höhne, Pädagogisierung sozialer Machtverhältnisse, S. 30–44.

825 Michel Foucault, Technologien des Selbst, in: Luther H. Martin/Huck Gutman/Partick H. Hutton (Hg.), Technologien des Selbst, Frankfurt a. M. 1993, S. 26.

826 Maren Möhring, Die Regierung der Körper. „Gouvernementalität“ und „Techniken des Selbst“, in: Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History, 3/2 (2006), S. 287.

„Durchsetzung von gesundheitlichen und ästhetischen Normen“.⁸²⁷ Das Gleiche galt für zahlreiche andere Körperpraktiken wie Sonnenbaden, Abwaschungen und Wanderungen oder Abstinenz- und Ernährungsvorschriften. Die gesamte Lebensführung sollte nach den Gesundheitsidealen der Lebensreform ausgerichtet werden.⁸²⁸

Es ging aber nicht nur darum, den Körper zu optimieren, damit er möglichst einwandfrei funktioniert, leistungsfähig und schön ist. Auch der Geist bzw. die Psyche sollte durch Selbsttechniken therapiert und verbessert werden. Schliesslich sahen die Lebensreformer und Lebensreformerinnen nicht nur die körperliche, sondern auch mentale Gesundheit durch das Leben in der modernen Gesellschaft bedroht. Vor allem die Stadt mit dem wachsenden Lärm und Verkehr, den vielen Menschen und künstlichen Lichtquellen geriet in die Kritik, aber auch die steigenden Anforderungen im Berufsleben und die vielen neuen Freizeit- und Konsumangebote setzten immer mehr Menschen unter Druck. Gegen Stress, Überarbeitung und die sogenannte Nervosität nutzten die Lebensreformer und Lebensreformerinnen zahlreiche Psychotechniken wie Yoga, Meditation oder Entspannungsübungen.⁸²⁹ Diese wurden oft mit neu-religiösen bzw. esoterischen Spiritualitäts- und Glaubensinhalten verbunden, die gegen die empfundene Vereinzelung und religiöse Orientierungslosigkeit helfen sollten. Auf ihrer spirituellen Suche wandten sich Lebensreformer und Lebensreformerinnen häufig asiatischen Religionen wie Buddhismus, Hinduismus und Taoismus zu, experimentierten aber auch mit neu-religiösen Ansätzen wie Theosophie, Anthroposophie, Mazdaznan und völkischen Religionskonzepten.⁸³⁰

Insbesondere seit den 1920er Jahren kombinierten Lebensreformer und Lebensreformerinnen verschiedene Körperübungen, Psychotechniken und

827 Ebd., S. 289.

828 Siehe dazu auch das Konzept der „Pädagogisierung der individuellen Lebensführung“: Guido Pollak, Modernisierung und Pädagogisierung individueller Lebensführung. Teilergebnisse des DFG-Projekts „Industrialisierung und Lebensführung“, in: Zeitschrift für Berufs- und Wirtschaftspädagogik, 87 (1991), S. 621–636.

829 Die Nervosität war um 1900 ein häufig verwendetes Schlagwort, um eine mentale Krisenstimmung und tiefgreifende Überforderung der Menschen mit der sich wandelnden Gesellschaft zu beschreiben. Siehe dazu: Radkau, Das Zeitalter der Nervosität.

830 Siehe zur Verbindung von Lebensreform und Esoterik: Bernadett Bigalke, Lebensreform und Esoterik um 1900. Die Leipziger alternativ-religiöse Szene am Beispiel der Internationalen Theosophischen Verbrüderung, Würzburg 2016.

Spiritualitätsangebote zu umfangreichen Ratgeber- und Erziehungsprogrammen. Darin verdichteten sich Krisendiagnosen, Problembeschreibungen und Bewältigungsstrategien zu umfassenden Anleitungen für ein besseres Leben. Die Lebensreformer und Lebensreformerinnen partizipierten und gestalteten damit einen seit 1900 stark anwachsenden Markt für Lebensratgeberliteratur. In dieser Zeit begann sich die Forderung nach Selbstführung massenhaft auszubreiten. Wie Stefan Senne und Alexander Hesse betonen, gab es zwar immer schon Formen der Selbstführung – von der antiken Stoa über die christlichen Exerzitien bis zu den Anstands- und Manierenbüchern der Neuzeit –, die Gestaltbarkeit des Subjekts wurde aber erst in der modernen Gesellschaft für immer mehr Menschen zur Verheissung und Pflicht. Neu war auch der universalistische Geltungsanspruch dieser Lebensratgeberliteratur.⁸³¹ Wie im Folgenden gezeigt wird, postulierten lebensreformerische Schriften Anleitungen für sämtliche Bereiche des Lebens. Sie können daher als idealtypische Ratgeber im Zeitalter der Moderne gelten.

Aufbau des Kapitels

Der erste Teil des Kapitels beleuchtet die Entstehung der Reformpädagogik um 1900 und deren Ausbreitung in der Schweiz, wobei ein besonderes Augenmerk auf die Landerziehungsheime gelegt wird. Dort vermischten sich reformpädagogische Erziehungsmethoden mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken. Danach rücken die Lehrerausbildung und Erwachsenenbildung in den Fokus. Im frühen 20. Jahrhundert war vor allem das Berner Lehrerseminar in Hofwil ein Experimentiertraum für verschiedenste Reformbestrebungen wie Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform. Ihre Lehrer und Absolventinnen popularisierten in der Zwischenkriegszeit mit Weiterbildungsangeboten, Ferienkursen und Volkshochschulen lebensreformerische Gesundheitspraktiken. Als wichtige Multiplikatoren spielten sie eine entscheidende Rolle bei der Ausbreitung der Schweizer Lebensreformbewegung. Einer dieser Lehrer war Werner Zimmermann (1893–1982), der die Entwicklung lebensreformerischer Bewegungen in der Zwischenkriegszeit massgeblich prägte. Er veröffentlichte 1921 einen populären Selbstverwirklichungs- und Erziehungsratgeber, der verschiedenste lebensreformerische Gesundheitspraktiken kombinierte. Unter anderem propagierte Zimmermann auch die Freikörperkultur als wichtige

831 Vgl. Stefan Senne/Alexander Hesse, *Genealogie der Selbstführung. Zur Historizität von Selbsttechnologien in Lebensratgebern*, Bielefeld 2019, S. 62–67.

Erziehungstechnik. Sie war nicht nur eine Gesundheitspraktik, sondern diente auch der Etablierung einer neuen Moral. Indem sie den Körper vollständig entkleidete und damit der umfassenden Kontrolle und Selbstüberwachung unterwarf, perfektionierte sie die lebensreformerischen Selbsttechnologien. Der letzte Teil des Kapitels beschreibt die Entstehung und Ausbreitung der Freikörperkulturbewegung in der Schweiz.

5.1 Licht, Luft und Körperkultur: Erziehung zur Gesundheit in Landerziehungsheimen

Die „natürliche“ Erziehung der Kinder: Von Jean-Jacques Rousseau bis Hermann Lietz

Der Erziehungswissenschaftler Heinz-Elmar Tenorth bezeichnet die Reformpädagogik „als Syndrom von Erwartungen und Hoffnungen, von Ansprüchen und Erfahrungen einer anderen Erziehung, als abgeschlossenes Ereignis ebenso wie als Dogma, als eine in der Identität der Profession stilisierte und im Gedächtnis der Disziplin bewahrte Konstruktion, als Mythos eines Aufbruchs, der notwendig war, aber so nie stattgefunden hat, wie er erzählend fingiert wird.“⁸³² Diese Definition verweist auf die Schwierigkeiten, die Reformpädagogik genau zu fassen. Sie war sowohl Reformprogramm als auch soziale Bewegung. Ihre Ansätze waren so vielfältig wie die zahlreichen Vertreter und Vertreterinnen, die um 1900 eine Reform der Bildung und des Erziehungswesens anstrebten: John Dewey (1859–1952) gründete 1896 seine *Laboratory school* in Chicago, die schwedische Pädagogin Ellen Key (1849–1926) rief wenig später das „Jahrhundert des Kindes“ aus, Maria Montessori (1870–1952) entwickelte in Italien ihre vorschulischen Erziehungskonzepte und Rudolf Steiner (1861–1925) begründete die anthroposophische Waldorfpädagogik.⁸³³

Sie alle forderten eine „ganzheitliche“, die geistigen wie körperlichen Fähigkeiten fördernde Ausbildung der Kinder, versuchten die Grenzen zwischen

832 Heinz-Elmar Tenorth, „Reformpädagogik“. Erneuter Versuch, ein erstaunliches Phänomen zu verstehen, in: Zeitschrift für Pädagogik, 40/4 (1994), S. 602.

833 Zu den vielfältigen Inhalten und zur historischen Entwicklung der Reformpädagogik siehe u. a.: Ehrenhard Skiera, Reformpädagogik in Geschichte und Gegenwart. Eine kritische Einführung, München 2003; Wolfgang Keim/Ulrich Schwerdt (Hg.), Handbuch der Reformpädagogik in Deutschland (1890–1933), Frankfurt a. M./Bern u. a. 2013; Heiner Barz (Hg.), Handbuch Bildungsreform und Reformpädagogik, Wiesbaden 2018.

Schulbetrieb und alltäglichem Leben zu überwinden, an die Selbstständigkeit der Schüler zu appellieren, die Interessen und individuellen Stärken ihrer Zöglinge zu fördern und das Verhältnis zwischen Lehrer und Schüler neu auszuloten. Anstelle der strafenden, autoritären Lehrperson sollte ein begleitender, das einzelne Kind fördernder Mentor treten. Diese Ansätze lassen sich jedoch nicht originär der Reformpädagogik um 1900 zuschreiben. Spätestens seit der Aufklärung gab es zahlreiche Versuche, die Erziehung zu reformieren. Bereits 1762 hatte der Genfer Naturphilosoph Jean-Jacques Rousseau in seinem pädagogischen Hauptwerk *Émile oder über die Erziehung* die besonderen Bedürfnisse des Kindes in den Vordergrund seiner Erziehungskonzepte gestellt. Dem jeweiligen Alter entsprechend sollte das Kind möglichst durch eigene Erfahrungen lernen und zu einem selbstständigen Individuum heranreifen.⁸³⁴ Viele dieser Ansätze setzten sich schrittweise, vor allem im Zuge einer neuen Welle reformpädagogischer Vorstöße in den 1960er und 1970er Jahren durch. Zahlreiche emphatisch vorgetragene Erneuerungsbestrebungen wurden aber nicht umgesetzt oder ermöglichten sogar neue Abhängigkeitsverhältnisse und förderten den Missbrauch von Kindern.⁸³⁵

Wie die Jugend- und Lebensreformbewegung war die Reformpädagogik sowohl ein Produkt als auch ein Motor der aufkommenden Industrie- und Konsumgesellschaft und der zunehmenden Individualisierung der Lebensstile. In einer Zeit, in der das öffentliche Schulsystem immer schneller expandierte und deshalb mit rasant steigenden Schülerzahlen zu kämpfen hatte, wurden die Forderungen nach einer individualisierten, auf die Bedürfnisse des Kindes ausgelegten Erziehung immer lauter. Die Reformpädagogik bediente diese Nachfrage und förderte zugleich die Hervorbringung eines autonomen Subjekts, das sich fortlaufend optimiert und sich flexibel an die sich wandelnde Gesellschaft anpasst. Indem sie auf die Folgeprobleme der Modernisierungsprozesse durch Erziehungsangebote reagierte, trug sie massgeblich zur Pädagogisierung der Gesellschaft bei.⁸³⁶

Diese Ansätze waren indes nicht neu. Insbesondere in der Schweiz gab es bereits im späten 18. und im 19. Jahrhundert zahlreiche Versuche, Kinder mit

834 Siehe zum Bildungsprogramm Rousseaus u. a.: Otto Hansmann, Jean-Jacques Rousseau (1712–1778), in: Bernd Dollinger (Hg.), *Klassiker der Pädagogik. Die Bildung der modernen Gesellschaft*, Wiesbaden 2012, S. 27–52.

835 Siehe zu den Epigonen der Reformpädagogik: Meike Sophia Baader/Ulrich Herrmann (Hg.), *68 – engagierte Jugend und kritische Pädagogik. Impulse und Folgen eines kulturellen Umbruchs in der Geschichte der Bundesrepublik*, Weinheim 2011.

836 Vgl. Tenorth, „Reformpädagogik“, S. 585–604.

individualisierten Ansätzen zu eigenständigen Persönlichkeiten zu erziehen. Weltweite Bekanntheit erlangte beispielsweise Johann Heinrich Pestalozzi (1746–1827), der sich auf Rousseaus Konzepte einer „natürlichen Erziehung“ stützte. Ein erster Versuch, Kinder auf einem landwirtschaftlichen Betrieb im aargauischen Birr zu erziehen, scheiterte jedoch bereits 1780. Mehr Erfolg hatte der Zürcher Pädagoge im bernischen Burgdorf, wo er 1800 ein pädagogisches Institut eröffnete, das großen Wert auf die körperliche und handwerkliche Ausbildung der Zöglinge legte. Zum Unterricht gehörten längere Wanderungen und mehrwöchige Exkursionen in den Alpen, Gartenarbeit, handwerkliche Tätigkeiten und sportliche Aktivitäten. Pestalozzi strebte zudem eine familiäre Beziehung zwischen den Schülern und Lehrern an. In den Wirren der napoleonischen Kriege zog das pädagogische Institut über einige Umwege nach Yverdon, wo es bis zum Tod Pestalozzis eine zunehmend internationale Ausstrahlungskraft entfaltete. Lehrpersonen und Pädagoginnen aus ganz Europa besuchten die Erziehungsanstalt am Neuenburgersee, um die innovativen Erziehungsmethoden kennenzulernen.⁸³⁷

Der Berner Patrizier Philipp Emanuel von Fellenberg (1771–1844) gründete fast zur gleichen Zeit wie Pestalozzi mehrere Bildungseinrichtungen, die sich ebenfalls auf eine „natürliche“ Erziehung spezialisierten. Wie Rousseau und Pestalozzi strebte Fellenberg eine umfassende Erziehung an, die sowohl den Intellekt als auch den Körper ausbildet, um das Kind auf seine Rolle als verantwortungsbewusster Bürger und eigenständiges Individuum in der bürgerlichen Gesellschaft vorzubereiten. Ab 1799 errichtete er im Landsitz Hofwyl bei Münchenbuchsee einen landwirtschaftlichen Musterbetrieb und mehrere Schulen für die verschiedenen Stände. Unabhängig von ihrer Herkunft sollten alle Schüler fernab der Stadt vor schlechten Einflüssen abgeschirmt werden und eine landwirtschaftliche Ausbildung erhalten.⁸³⁸

837 Vgl. Arthur Brühlmeier/Gerhard Kuhleemann, Yverdon 1804–1825, in: Heinrich Pestalozzi. Die umfassende Dokumentation, www.heinrich-pestalozzi.de/biographie/yverdon (02.06.2020).

838 Vgl. Hans-Ulrich Grunder, Das schweizerische Landerziehungsheim zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Eine Erziehungs- und Bildungsinstitution zwischen Nachahmung und Eigenständigkeit, Frankfurt a. M. 1987, S. 18–26. Es gab sogar Bestrebungen, die Bildungseinrichtung Pestalozzis und Fellenbergs zusammenzulegen. Jedoch scheiterte der Versuch an persönlichen Differenzen zwischen den beiden Schulreformern.

Zwischen Emanzipationsversprechen und Missbrauchsvorwürfen: Licht und Schatten in den Landerziehungsheimen

Ein knappes Jahrhundert nach Pestalozzi und Fellenberg griffen die ersten Landerziehungsheime die Idee einer „natürlichen“ Erziehung wieder auf. Cecil Reddie (1858–1932) gründete 1889 die *Abbotsholme School* im englischen Rocester bei Staffordshire. Zehn Jahre später eröffnete der Reformpädagoge Hermann Lietz (1868–1919) in Ilsenburg im Harz das erste Landerziehungsheim im deutschsprachigen Raum. Darauf folgte 1901 die bereits erwähnte *Hermann-Lietz-Schule* in Haubinda in Thüringen, wo Edouard Forel die abstinenten Mittelschulverbindung *Germania* mitbegründete. Danach eröffneten dutzende weitere Landerziehungsheime im gesamten deutschsprachigen Raum.⁸³⁹ In Kontrast zu den engen, chronisch überfüllten Klassenzimmern der Jahrhundertwende versprachen diese Reformschulen nicht nur eine individualisierte, auf den einzelnen Menschen abgestimmte Erziehung, sondern auch eine gesunde körperliche Entwicklung des Kindes. Die Forderung nach mehr Licht und Luft und die Hinwendung zum Körper wurden vor allem aus lebensreformerischen und jugendbewegten Kreisen in die Reformpädagogik hineingetragen. Dabei manifestierte sich nirgendwo anders die Nähe zwischen diesen Reformbewegungen der Jahrhundertwende so deutlich wie in den Landerziehungsheimen. Die meisten Schulprogramme schrieben nicht nur eine strikte Alkohol- und Tabakabstinenz vor, sondern förderten auch eine gesunde Ernährung, Wanderungen, Sportaktivitäten und in einigen Fällen sogar nackte Gymnastikübungen.⁸⁴⁰

Die vielleicht grösste Bekanntheit unter den Landerziehungsheimen erreichte die 1906 gegründete *Freie Schulgemeinde Wickersdorf* im Thüringer Wald. Sie wurde massgeblich durch Gustav Wyneken (1875–1964) geprägt.⁸⁴¹

839 Vgl. Ulrich Schwert, Landerziehungsheimbewegung, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 395–409.

840 Obwohl in der Forschung immer wieder auf die enge Verbindung zwischen Lebensreform und Reformpädagogik hingewiesen wird, gibt es bisher keine systematische Aufarbeitung dieser Kontakte. Für einen Einblick siehe: Ehrenhard Skiera, Lebensreform und Reformpädagogik, in: Till-Sebastian Idel/Heiner Ullrich (Hg.), Handbuch Reformpädagogik, Weinheim/Basel 2017, S. 46–58.

841 Siehe zur Entstehung und Entwicklung der *Freien Schulgemeinde Wickersdorf*: Peter Dudek, „Versuchsacker für eine neue Jugend“. Die Freie Schulgemeinde Wickersdorf, 1906–1945, Bad Heilbrunn 2009.

Der umstrittene Reformpädagoge plädierte für die Schaffung einer neuartigen Jugendkultur. Die Jugendphase sollte nicht mehr nur der Vorbereitung auf das Berufs-, Familien- und Soldatenleben dienen, sondern durch die Förderung persönlicher Bedürfnisse und Talente auch die individuelle Weiterentwicklung jedes Einzelnen ermöglichen.⁸⁴² Mit dieser Forderung trat Wyneken später auch am Meißner-Treffen auf und versammelte einen Teil der Jugendbewegung hinter sich. Zugleich versuchte er mit der *Freien Schulgemeinde Wickersdorf* eine „Keimzelle der gelebten Jugendkultur“ zu etablieren.⁸⁴³ Anstelle der autoritären, stark hierarchisch aufgebauten Schule sollte dieses Landerziehungsheim eine Erziehungsgemeinschaft ermöglichen, in der sich die Jugendlichen gegenseitig erziehen und die Lehrer eine kameradschaftliche Beziehung zu ihren Zöglingen pflegen.⁸⁴⁴

In der Praxis wurden diese antiautoritären, demokratisierenden Bildungsideale kaum umgesetzt. So betont der Erziehungswissenschaftler Jürgen Oelkers, dass Reformpädagogen wie Wyneken trotz der idealistischen Reformprogramme ein System aus Abhängigkeiten und Hierarchien aufbauten. Vor allem in Landerziehungsheimen, die sich im Umfeld der Lebensreform- und Jugendbewegung bildeten, mussten sich die Schüler und Schülerinnen kritiklos den hochtrabenden Zielen der Gründer unterordnen. In hermetisch von der Aussenwelt abgeschlossenen Landerziehungsheimen übten die Lehrer und Lehrerinnen eine strenge Kontrollfunktion aus. Nicht nur der Unterricht, sondern der gesamte Tagesablauf – die Freizeit eingeschlossen – wurde von ihnen vorstrukturiert und überwacht.⁸⁴⁵

Als besonders problematisch beurteilt Oelkers die grosse Nähe zwischen Lehrpersonen und Schutzbefohlenen, die wie in der Wandervogelbewegung mit dem Konzept des „pädagogischen Eros“ legitimiert wurde. Damit war eine enge, freundschaftliche, jedoch nichtsexuelle Beziehungsform gemeint, die ein viel tieferes Verständnis für die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen ermöglichen sollte. Tatsächlich sei dieses Konzept aber nichts anderes als eine „literarische Phantasie“ gewesen, hinter der sich die Lehrkräfte versteckten, um Kinder und Jugendliche in Abhängigkeitsverhältnisse zu bringen.⁸⁴⁶ Diese

842 Vgl. Gustav Wyneken, *Schule und Jugendkultur*, Jena 1913, S. 33–43.

843 Peter Dudek, „Sie sind und bleiben eben der alte abstrakte Ideologe!“. *Der Reformpädagoge Gustav Wyneken (1875–1964) – eine Biographie*, Bad Heilbrunn 2017, S. 78.

844 Vgl. Wyneken, *Schule und Jugendkultur*, S. 85–95.

845 Vgl. Jürgen Oelkers, *Eros und Herrschaft. Die dunklen Seiten der Reformpädagogik*, Weinheim/Basel 2011, S. 16–21.

846 Ebd., S. 140.

Konstellationen wurden zum Teil ausgenutzt, um Schutzbefohlene zu missbrauchen. So gab es in den Landerziehungsheimen immer wieder Berichte über sexualisierte Gewalt. Jedoch wurden nur wenige Lehrpersonen wegen sexuellen Kindesmissbrauchs angeklagt.⁸⁴⁷ Darunter war auch Wyneken, der 1921 wegen Missbrauchs an einem zwölf- und einem siebzehnjährigen Jungen zu einem Jahr Gefängnis verurteilt wurde. In den Prozess schaltete sich Hans Blüher mit einem Gutachten ein, das die Unbedenklichkeit der körperlichen Beziehungen zwischen Lehrpersonen und Minderjährigen belegen sollte. Nach seiner Verurteilung arbeitete Wyneken weiterhin als Lehrer und erhielt sogar wieder eine Anstellung in der *Freien Schulgemeinde Wickersdorf*. Erst nach erneuten Missbrauchsvorwürfen trennte sich die Schule 1931 endgültig von ihrem pädagogischen Aushängeschild.⁸⁴⁸

Vom Schloss Glarisegg zur Ecole d'Humanité: Landerziehungsheime in der Schweiz

Fast gleichzeitig wie in Deutschland bildeten sich auch in der Schweiz zahlreiche Landerziehungsheime. Schon 1899 wurde die *Privatschule Grünau* in Bern in ein Landerziehungsheim umgewandelt. Die erste Neugründung erfolgte 1902 im *Schloss Glarisegg* am Bodensee durch Werner Zuberbühler (1872–1942) und Wilhelm Frei (1872–1904). Zuvor hatten die beiden Reformpädagogen bei Hermann Lietz in Deutschland Erfahrungen als Lehrpersonen gesammelt. In ihrem Schulprogramm definierten sie den Unterricht in Glarisegg als „rationelle Jugenderziehung, in welcher Entwicklung des Charakters und der körperlichen Kraft und Gewandtheit Hand in Hand geht mit der wissenschaftlichen und künstlerischen Bildung.“⁸⁴⁹ In der Heimat von Rousseau, Pestalozzi und

847 Vgl. ebd., S. 253–283. Siehe für eine detaillierte Definition von sexualisierter Gewalt und einen Aufruf zur weiteren, historischen Erforschung dieser Form der Gewaltanwendung: Francisca Loetz, Sexualisierte Gewalt in Europa 1520–1850. Zur Historisierung von „Vergewaltigung“ und „Missbrauch“, in: *Geschichte und Gesellschaft*, 35/4 (2009), S. 561–602; siehe dazu auch: Karin Böllert et al. (Hg.), *Sexualisierte Gewalt. Institutionelle und professionelle Herausforderungen*, Wiesbaden 2014.

848 Siehe zum Prozess gegen Wyneken: Peter Dudek, „Körpermissbrauch und Seelenschändung“. Der Prozess gegen den Reformpädagogen Gustav Wyneken 1921, Bad Heilbrunn 2020.

849 Wilhelm Frei/Werner Zuberbühler, *Schulprogramm des Schweizerischen Landerziehungsheims Schloss Glarisegg bei Steckborn am Bodensee, Zürich 1902*, S. V. Das Schulprogramm enthält eine ausführliche Darstellung der pädagogischen Grundsätze Rousseaus wie auch der deutschen und englischen Landerziehungsheime.

Fellenberg seien diese Ansätze zwar nicht neu, trotzdem habe sich auch in der Schweiz ein Schultypus ausgebreitet, der möglichst viel Wissen in die Kinder hineinpresse, ohne sie auf das praktische Leben vorzubereiten. Demgegenüber sollte die neue Schule eine „harmonische Ausbildung des ganzen Menschen“ ermöglichen.⁸⁵⁰ Ziel war es, „Knaben zu Jünglingen [zu] erziehen, welche an Körper und Geist gesund sind und körperlich und geistig arbeiten können, die kräftig, ausdauernd, gewandt und mutig leben.“⁸⁵¹

Von Anfang an waren die Schweizer Landerziehungsheime eng mit der Lebensreform verknüpft.⁸⁵² So betonten Zuberbühler und Frei nicht nur die reformpädagogischen Erziehungsmethoden, sondern inszenierten das *Landerziehungsheim Glarisegg* auch als „Musterstätte der Gesundheitspflege“. Typisch für lebensreformerische Gesundheitsvorstellungen interpretierten sie „Erkrankungen“ als „selbst verschuldet[e]“ Folge einer falschen Lebensweise. Die Jugendlichen sollten deshalb in Glarisegg „die Einsicht“ erhalten, „dass es leichter ist, Krankheiten zu verhüten, als zu heilen.“⁸⁵³ Dazu wurde ihnen ein gesunder Lebensstil mit körperlichen Betätigungen wie Gartenarbeit, Turnübungen, Wanderungen, Schwimmen und Radfahren vermittelt. Auch „kalte Waschung[en]“ und Schlafen bei offenem Fenster gehörten zum Gesundheitsprogramm.⁸⁵⁴ Spätestens seit 1916 badeten die Lehrer und Schüler zusammen nackt im Bodensee, um den Körper abzuhärten und die Jugendlichen an die Nacktheit zu gewöhnen.⁸⁵⁵ Auf eine „gute Ernährung“ wurde ebenfalls Wert

Damit wird das Landerziehungsheim Schloss Glarisegg eindeutig in dieser Erziehungstradition verortet.

850 Frei/Zuberbühler, Schulprogramm des Schweizerischen Landerziehungsheims Schloss Glarisegg bei Steckborn am Bodensee, S. V.

851 Ebd., S. 48.

852 Siehe dazu: Michèle Hofmann, Sonnenbäder, Obst, Gemüse und Alkoholabstinenz. Pädagogisierung des «gesunden Lebens» in Schweizer Landerziehungsheimen zu Beginn des 20. Jahrhunderts, in: Andrea De Vincenti et al. (Hg.), Pädagogisierung des «guten Lebens». Bildungshistorische Perspektiven auf Ambitionen und Dynamiken im 20. Jahrhundert, Bern 2020, S. 243–270.

853 Ebd., S. 48; siehe zur Gesundheitserziehung in Landerziehungsheimen auch: Hofmann, Gesundheitswissen in der Schule, S. 218–234.

854 Frei/Zuberbühler, Schulprogramm des Schweizerischen Landerziehungsheims Schloss Glarisegg bei Steckborn am Bodensee, S. 57.

855 Vgl. Daniel Labhart, Das Schweizerische Landerziehungsheim Glarisegg. Ein Bezug zum Kanton Thurgau, in: Damian Miller/Jürgen Oelkers (Hg.), Reformpädagogik nach der Odenwaldschule – wie weiter? Weinheim/Basel 2014, S. 114; siehe zur Freikörperkultur auch das Kapitel 5.4.

gelegt, ohne jedoch auf Fleisch, Käse und Kuchen zu verzichten.⁸⁵⁶ Jedoch pochten die beiden Reformpädagogen auf ein striktes Alkoholverbot an der Schule. In „ärztlich-wissenschaftlichen Kreisen“ gäbe es keinen Zweifel mehr daran, dass der Alkoholenuss den „jugendlichen, noch im Wachstum begriffenen Organismus“ stark schädige.⁸⁵⁷ Diese Überzeugung teilten die Reformpädagogen mit der Abstinenzbewegung, mit der beide eng verbunden waren. Frei gehörte schon 1893 zu den Gründungsmitgliedern der abstinenten Hochschulverbindung *Libertas* und leitete später die Redaktion der Abstinenzzeitschrift *Die Freiheit – Blätter zur Bekämpfung des Alkoholenusses*. Auch Zuberbühler war in seiner Schulzeit in der studentischen Abstinenzbewegung aktiv.⁸⁵⁸

Jedoch trübten schon bald nach der Eröffnung Berichte über finanzielle Schwierigkeiten und gewalttätige Übergriffe das Bild des ersten Schweizer Landerziehungsheims als gesunde, harmonische Erziehungsstätte am idyllischen Bodensee. Private Bildungseinrichtungen wie das *Landerziehungsheim Glarisegg* mussten sich häufig mit verhaltensauffälligen Jugendlichen auseinandersetzen, die in den öffentlichen Schulen nicht mehr tragbar waren. Entsprechend schwierig gestaltete sich der Schulalltag. Zu den „Problemschülern“ gehörte unter anderem der spätere Schriftsteller Friedrich Glauser (1896–1938), der ab 1910 das *Landerziehungsheim Glarisegg* besuchte. Nach diversen Auseinandersetzungen mit den Lehrern und einem Suizidversuch musste er die Schule 1913 wieder verlassen. In der 1933 erschienenen Erzählung *Im Landerziehungsheim* berichtete der Schweizer Schriftsteller von Alkoholexzessen der Schüler wie auch über systematische Überwachung und körperliche Übergriffe durch Lehrer.⁸⁵⁹ Bereits 1906 musste der Lehrer und spätere Geschichtsforscher Ernst Gagliardi (1882–1940) die Schule fristlos verlassen. Aussagen ehemaliger Schüler wie Carl Jacob Burckhardt (1891–1974) lassen darauf schliessen, dass ein sexueller Übergriff die Ursache für die Entlassung war. Es gab jedoch nie eine juristische Aufarbeitung des Vorfalls.⁸⁶⁰

Trotz der Schwierigkeiten folgte in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts eine regelrechte Gründungswelle neuer Landerziehungsheime in der Schweiz. Darunter war das *Schloss Kefikon* (1906) im thurgauischen Islikon, der

856 Ebd., S. 55.

857 Ebd., S. 56.

858 Vgl. Hofmann, Gesundheitswissen in der Schule, S. 227.

859 Vgl. Jürgen Oelkers, Reformpädagogik und sexueller Missbrauch. Lehren für die Lehrerinnen- und Lehrerbildung, in: Beiträge zur Lehrerinnen- und Lehrerbildung, 32/3 (2014), S. 475–478.

860 Vgl. Labhart, Das Schweizerische Landerziehungsheim Glarisegg, S. 115.

Hof Oberkirch (1907) in Kaltbrunn im Kanton St. Gallen und das *Schloss Hallwyl* (1915) im Kanton Aarau.⁸⁶¹ Der Schweizer Pädagoge Heinrich Hanselmann eröffnete 1924 das *Landerziehungsheim Albisbrunn* im Gebäude der weiter oben erwähnten *Wasserheilanstalt Albisbrunn*, die 1839 als erste Kuranstalt der Schweiz naturheilkundliche Behandlungen anbot.⁸⁶² Auch in der französischsprachigen Schweiz erlebten die neuartigen Erziehungseinrichtungen unter der Bezeichnung *École nouvelle* eine grosse Popularität. Nach der *Ecole nouvelle de la Suisse romande* in Lausanne (1906) folgten Landerziehungsheime in Coppet (1908), Vevey (1910), Neuenburg (1910), Versoix (1911), Bex (1911) und Blonay (1911).⁸⁶³

Zu den prägendsten Reformpädagogen der Romandie gehörte Adolphe Ferrière (1879–1960). Der Sohn des bekannten Genfer Arztes und Vizepräsidenten des *Internationalen Komitees vom Roten Kreuz* (IKRK) Frédéric Auguste Ferrière (1848–1924) arbeitete zwischen 1900 und 1902 bei Lietz in Haubinda und danach einige Monate im neu gegründeten *Landerziehungsheim Glarisegg*. Zurück in der Westschweiz übernahm er eine Stelle als Privatdozent an der Universität Genf und baute ab 1912 zusammen mit Pierre Bovet und Édouard Claparède (1873–1940) das *Institut Jean-Jacques Rousseau* als unabhängige Forschungseinrichtung für Erziehungswissenschaft und Psychologie auf. Zusammen mit der deutschen Reformpädagogin Elisabeth Rotten (1882–1964) gründete er 1921 die *New Education Fellowship*, die sich für einen internationalen Austausch reformpädagogischer Konzepte einsetzte.⁸⁶⁴ Zu den Mitarbeitern der Organisation gehörte unter anderem Alexander Sutherland Neill (1883–1973), der mit seiner *Summerhill School* die weitere Entwicklung der Reformpädagogik im 20. Jahrhundert massgeblich prägte. Die Schweiz nahm damit eine

861 Siehe die vollständige Liste der Schweizer Landerziehungsheime in: Grunder, Das schweizerische Landerziehungsheim zu Beginn des 20. Jahrhunderts, S. 8.

862 Vgl. Gerhard Heese, Heinrich Hanselmann, in: Historisches Lexikon der Schweiz (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/009029/2017-03-16/03.06.2020>.

863 Siehe für einen Überblick der Reformpädagogik in der Romandie: Hans-Ulrich Grunder, Schulkritik und pädagogische Reform. Die Schulreform in der Romandie zu Beginn des 20. Jahrhunderts, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert, Bern 1997, S. 89–125.

864 Vgl. Daniel Hameline, Adolphe Ferrière, in: Jean Houssaye (Hg.), Quinze pédagogues. Leur influence aujourd'hui, Paris 2000, S. 181–195.

Drehscheibenfunktion in der Geschichte der transnational vernetzten Reformpädagogik ein.

Ferrière definierte ein Landerziehungsheim als „Internat auf dem Lande, das den Charakter der Familie beibehält“. Es verknüpfe die „intellektuelle Erziehung“ mit der „Handarbeit“ und der „sittliche[n] Erziehung“ und ermögliche den Schülern und Schülerinnen eine „weitgehende[...] Selbstregierung“.⁸⁶⁵ Sie sollten „in Gruppen von 10 bis 15“ zusammen mit den Lehrpersonen einzelne Häuser bewohnen. Die „Einteilung in kleinere Gruppen“ geschehe deshalb, „weil ein Erwachsener nur dann mit Kindern in wirklich enge Fühlung kommen und auf sie dauernden Einfluß ausüben kann, wenn er nicht zu viel Kinder unter seiner Obhut hat.“⁸⁶⁶ Damit forderte Ferrière wie die deutschen Reformpädagogen eine besondere Nähe zwischen Lehrpersonen und Schutzbefohlenen. Genauso setzte er sich auch für lebensreformerische Gesundheitspraktiken wie „natürliche Gymnastik“ ein, „die entweder vollständig nackt oder wenigstens mit bloßem Oberkörper im Freien ausgeführt“ werden sollte.⁸⁶⁷ Ganz im Sinne der Freikörperkultur würden die „Luft[-] und Sonnenbäder“ nicht nur den Körper abhärten, sondern auch „ungesunde[...] Neugierde“ ausschalten. Aus der Jugendbewegung übernahm Ferrière die „Reisen, zu Fuß oder zu Rad, mit Uebernachten unter dem Zelt, mit von Kindern selbst zubereiteten Mahlzeiten“.⁸⁶⁸

In der Westschweiz wirkte auch der Gründer der *Odenwaldschule* Paul Geheeb (1870–1961). Zusammen mit Lietz und Wyneken hatte Geheeb in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts die Ausbreitung der Landerziehungsheime massgeblich geprägt. Aber wie in der *Freien Schulgemeinde Wickersdorf* gab es auch in der *Odenwaldschule* diverse Vorwürfe wegen sexualisierter Gewalt. Schon 1912 berichtete eine Schülerin von sexuellen Übergriffen durch Geheeb. Auch andere Lehrer des bekannten Landerziehungsheims vergingen sich an minderjährigen Schülern und Schülerinnen. So wurde ein ehemaliger *Odenwald*-Lehrer bereits 1930 in Konstanz wegen pädosexueller Straftaten zu acht Jahren Haft verurteilt.⁸⁶⁹ 1934 floh Geheeb vor den Nationalsozialisten in

865 Adolphe Ferrière, *Das Landerziehungsheim und die wissenschaftliche Zentralstelle für Landerziehungsheime*, Berlin 1920, S. 2.

866 Ebd., S. 3.

867 Ebd., S. 3.

868 Ebd., S. 4.

869 Vgl. Jürgen Oelkers, *Eros und Herrschaft. Ein anderer Blick auf die Reformpädagogik – Vortrag in der Universität Bielefeld am 23. Juli 2010*, S. 17 f, in: <http://www.ife.uzh.ch/research/emeriti/oelkersjuergen/vortraegeprofoelkers/vortraege2010/Bielefeldddef.pdf> (28.08.19). Ab 2010 kamen Missbrauchsvorwürfe gegen den Schulleiter

die Schweiz. Zusammen mit seiner Frau Edith Cassirer (1885–1982) und 24 Schülern und Schülerinnen führte er in Versoix im Kanton Genf den Schulbetrieb provisorisch weiter und gründete 1937 die *Ecole d'Humanité* als Nachfolgeeinrichtung der *Odenwaldschule*. Nach einem kurzen Aufenthalt am Schwarzsee in den Freiburger Voralpen zog das Landerziehungsheim 1946 nach Hasliberg im Kanton Bern weiter, wo es noch heute existiert. In einer Zeit nationalistischer Politik und rassistischer Gewalt sollte die Schule mit ihrer international zusammengesetzten Lehrerschaft eine Oase der Völkerverständigung sein.⁸⁷⁰

5.2 Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform: Lehrerseminare, Ferienkurse und Volkshochschulen als Experimentierräume

Das Berner Lehrerseminar als intellektuelles Laboratorium der Moderne: Wie lässt sich der „neue Mensch“ erziehen?

Im frühen 19. Jahrhundert nahm die Professionalisierung der Lehrerausbildung in der Schweiz stetig zu. Vor allem mit der Einführung der obligatorischen Schulbildung und der infolge rasant ansteigenden Schülerzahlen wurde der Ruf nach kompetenten Lehrpersonen immer lauter. In den 1830er Jahren gründeten deshalb zahlreiche Kantone Lehrerseminare, die mehrjährige Ausbildungen und Weiterbildungskurse für Lehrpersonen anboten. Bern erhielt 1833 ein Lehrerseminar, das 1884 nach Hofwyl umzog, wo zuvor Philipp Emanuel von Fellenberg seine Erziehungsexperimente durchgeführt hatte. Das Berner Lehrerseminar entwickelte sich im frühen 20. Jahrhundert zu einem regelrechten Biotop reformpädagogischer Erziehungsmethoden und zahlreicher anderer Reformströmungen. Wenn der Monte Verità in Ascona der expressive Tummelplatz exzentrischer Lebensreformer, Künstlerinnen und Anarchisten war,

Gerold Becker (1936–2010) und andere Lehrer der Odenwaldschule auf. Seit den 1970er Jahren sollen sie systematisch Schüler und Schülerinnen sexuell missbraucht haben. Wegen der überschrittenen Verjährungsfrist wurden die Vorwürfe juristisch nicht weiterverfolgt; siehe dazu: Damian Miller/Jürgen Oelkers (Hg.), *Reformpädagogik nach der Odenwaldschule – wie weiter?* Weinheim/Basel 2014.

870 Vgl. Barbara Hanusa, *Ecole d'Humanité. Lebendige Paul Geheeb-Pädagogik in der Schweiz*, in: Margarita Kaufmann; Alexander Priebe (Hg.), *100 Jahre Odenwaldschule. Der wechselvolle Weg einer Reformschule*, Berlin 2010, S. 226–239.

dann lässt sich das Berner Lehrerseminar in der gleichen Zeit als intellektuelles Laboratorium der Moderne beschreiben. Dort vermischte sich Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform mit religiösen Erneuerungsbewegungen, avantgardistischen Kunstströmungen und konservativen Natur- und Heimatschutzbestrebungen. Es bildete eine schier unerschöpfliche Ideenquelle, aus der die Schweizer Lebensreformbewegung in der Zwischenkriegszeit nachhaltig schöpfte.

Mit seinen richtungsweisenden Bildungsreformen legte der freisinnige Grossrat Albert Gobat (1843–1914) 1882 die Grundlagen für diese progressive Entwicklung. Er öffnete die Universitätsbildung für neue Gesellschaftsschichten, verbesserte die Arbeitsbedingungen der Lehrer und liess neue Schulhäuser bauen.⁸⁷¹ Regelrechte Proteststürme löste er mit seinem Engagement gegen die Prügelstrafe aus. Die liberal-konservative Lehrerschaft lieferte sich nicht nur einen medialen Schlagabtausch mit Gobat, der *Berner Lehrerverein* mobilisierte am 1. Juli 1899 sogar 850 Lehrer und Lehrerinnen zu einer Kundgebung gegen die Einschränkung der körperlichen Züchtigung. Gobat versuchte deshalb einen anderen Weg zu gehen, um seine Erziehungsreformen umzusetzen. Die Lehrpersonen sollten schon in ihrer Ausbildung einen anderen Umgang mit den Kindern erlernen. Dazu ernannte er den erst 27-jährigen Ernst Schneider (1878–1957) zum Direktor des Berner Lehrerseminars. Der junge Reformpädagoge sollte die Lehrerausbildung grundlegend reformieren. Aus Protest gegen diese Wahl trat die gesamte Seminarkommission zurück und die liberal-konservative Lehrerschaft organisierte erneut Protestversammlungen.⁸⁷²

Ernst Schneider kam bereits während seiner Lehrerausbildung mit reformpädagogischen Ansätzen in Kontakt. In der vorlesungsfreien Zeit im Sommer 1902 besuchte er das *Landerziehungsheim Glarisegg* und übernahm eine Stellvertretung an der Kantonsschule Trogen, die vom bekannten Pestalozzi-Forscher Theodor Wiget (1850–1933) geführt wurde. In Gesprächen mit dem Schulleiter lernte Schneider die Erziehungsmethoden Johann Friedrich Herbarts (1776–1841) und Tuiskon Zillers (1817–1882) kennen. Die beiden Pädagogen gelten

871 Albert Gobat war auch ein engagierter Pazifist. Er war Mitglied der *Liga für Frieden und Freiheit*, Generalsekretär der *Interparlamentarischen Union für den Frieden* und leitete das *Internationale Friedensbüro* in Bern. Gobat setzte sich insbesondere für die Versöhnung zwischen Deutschland und Frankreich ein. Für seine Arbeit erhielt er 1902 den Friedensnobelpreis: vgl. Peter Stettler, Albert Gobat, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/004505/2012-05-31/> (04.06.2020).

872 Vgl. Weber, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“, S. 37–66.

nicht nur als wichtige Vordenker einer systematischen Erziehungswissenschaft, sie beschäftigten sich erstmals auch mit der Psychologie des Kindes. Eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem sogenannten Herbartianismus erhielt der junge Lehrer während seines Studienaufenthalts in Jena, wo er die Vorlesungen und die Übungsschule des bekannten Herbartianers und Ziller-Schülers Wilhelm Rein (1847–1929) besuchte. Schon Hermann Lietz hatte sich bei Rein zum Lehrer ausbilden lassen, bevor er seine Landerziehungsheime gründete.⁸⁷³

Als Seminardirektor in Bern begann Schneider diese reformpädagogischen Ansätze in die Lehrerausbildung einfließen zu lassen. Er forderte die Seminar-schüler dazu auf, sich in die Kinder hineinzusetzen und ihre altersabhängigen Entwicklungsstufen zu beachten. Schneider glaubte vor allem mit Sigmund Freuds (1856–1939) Erforschung des Unbewussten einen neuen Zugang zum Innenleben der Kinder erhalten zu können. Der Wiener Arzt begann um 1900 mit Abhandlungen wie *Die Traumdeutung* das Seelenleben der Menschen zu erforschen. Seine Erkenntnisse versuchte er mit der psychoanalytischen Pädagogik auch für die Kindererziehung nutzbar zu machen. Die Lehrpersonen sollten die unbewussten Triebe, Wünsche und Blockaden ihrer Schüler und Schülerinnen erkennen und gegebenenfalls auch therapieren. So wie die Psychiater ihre Patienten frei erzählen lassen, um verborgene Gedankengänge aufzuspüren, sollten die Lehrpersonen die Heranwachsenden beim freien Spielen und Lernen beobachten und damit besser kennenlernen. Auch die Sexualerziehung erhielt einen hohen Stellenwert. Schliesslich galt für Freud eine defizitäre Entwicklung der Sexualität als Einfallstor für allerhand psychische Störungen und „Neurosen“.⁸⁷⁴

Die Psychoanalyse gelangte im frühen 20. Jahrhundert durch den Psychiater Eugen Bleuler (1857–1939) in die Schweiz. Bleuler hatte August Forel 1898 als Direktor der psychiatrischen Universitätsklinik Burghölzli abgelöst. Zusammen mit seinem Mitarbeiter Carl Gustav Jung (1875–1961) gründete er 1907 die *Gesellschaft für Freudsche Forschung*. Dort begann sich bald auch der Zürcher

873 Vgl. Ernst Schneider, *Aus meinen Lern- und Lehrjahren*, Bern 1956, S. 32–36. Auch vor seinem Antritt als Seminardirektor besuchte Schneider verschiedene Ausbildungsstätten und Landerziehungsheime, die mit reformpädagogischen Methoden arbeiteten: vgl. Hans-Ulrich Grunder, *Seminarreform und Reformpädagogik*, Bern 1993, S. 230–234.

874 Siehe zur Programmatik und Geschichte der psychoanalytischen Pädagogik: Maria Fürstaller et al. (Hg.), *Psychoanalytische Pädagogik. Selbstverständnis und Geschichte*, Opladen 2015; Helmwart Hierdeis, *Psychoanalytische Pädagogik. Psychoanalyse in der Pädagogik*, Stuttgart 2016.

Pfarrer und Psychologe Oskar Pfister (1873–1956) für die praktische Anwendbarkeit der Psychoanalyse in der Kindererziehung zu beschäftigen. In seinen Schriften erarbeitete er die Grundlagen der psychoanalytischen Pädagogik.⁸⁷⁵ Diese gelangten erstmals durch Paul Häberlin (1878–1960), den Direktor des Lehrerseminars in Kreuzlingen, in die staatliche Lehrerbildung.⁸⁷⁶ In der Westschweiz wurde die psychoanalytische Pädagogik vor allem im Genfer *Institute Jean-Jacques Rousseau* durch Édouard Claparède, Pierre Bovet und Jean Piaget (1896–1980) erprobt.⁸⁷⁷

Ernst Schneider kam durch Oskar Pfister mit bekannten Psychoanalytikern in Kontakt. 1912 wurde er Mitglied des Schweizer Ablegers der *Internationalen psychoanalytischen Vereinigung* und blieb ein Leben lang begeisterter Anhänger der Psychoanalyse.⁸⁷⁸ Sein Interesse für diese neuartigen Therapie- und Erziehungsmethoden verschärften die Spannungen mit der Berner Lehrerschaft.

875 Jeanne Moll, Psychoanalytische Pädagogik in der Schweiz, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), *Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, Bern 1997, S. 131–141.

876 Als Häberlin zum Direktor des Lehrerseminars in Kreuzlingen ernannt wurde, war er erst 26 Jahre alt. Direkt nach seiner Ankunft begann er nicht nur die Arbeits- und Lebensbedingungen im Lehrerseminar durch mehr Freizeit, weniger Überwachung und bessere Arbeits- und Wohnräume zu verbessern, sondern den angehenden Lehrern auch neue Erziehungsmethoden zu vermitteln. Er versuchte vor allem die Bedeutung der Handarbeit und der körperlichen Erziehung zu stärken, die Dauer der Lektionen zu reduzieren, den Anschauungsunterricht auszuweiten und den Unterricht möglichst oft ins Freie zu verlegen. Diese reformpädagogischen Ansätze liess der junge Lehrer 1906 auch in den neuen Lehrplan der Thurgauer Primarschulen einfließen. Obwohl die Behörden die Neuerungen unterstützten, entbrannte unter der konservativen Lehrerschaft ein erbitterter Streit über die Umsetzung der Reformen. Nachdem sich die Medien auf den Fall gestürzt hatten, trat Häberlin 1909 als Seminardirektor zurück und folgte einem Ruf als Privatdozent an die Universität Basel. Mit seinen psychologischen, pädagogischen und lebensphilosophischen Ansätzen gehörte Häberlin zu den einflussreichsten Schweizer Philosophen der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts: vgl. Peter Kamm, Paul Häberlin. *Leben und Werk*, Zürich 1977; siehe für die Zeit als Seminardirektor insbesondere S. 174–240.

877 Mit ihrer Forschung prägten sie nicht nur die Psychoanalysezereption in der Westschweiz, sondern im gesamten französischsprachigen Raum: vgl. Patrick Bühler, *Der „letzte Zufluchtsort für Stürmer und Dränger“? Psychoanalytische Pädagogik in den Berner Seminarblättern und der Schulreform 1907–1930*, in: *Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften*, 36/1 (2014), S. 51 f.

878 Unter anderem gab Schneider seit 1926 die *Zeitschrift für psychoanalytische Pädagogik* heraus: vgl. Weber, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“, S. 177 f.

Der Druck auf Schneider hatte bereits 1906 mit dem Rücktritt Albert Gobats und der Ernennung Emil Lohners (1865–1959) zugenommen. 1911 versuchten konservative Kreise der FDP die Wiederwahl des streitbaren Seminardirektors zu verhindern, aber erst mit den psychoanalytischen Methoden hatte Schneider den Bogen überspannt. Die Psychoanalyse wurde als gefährliche Manipulation und Bedrohung der Jugend kritisiert. Als dann auch noch bekannt wurde, dass Schneider einige Seminarschüler im Unterricht hypnotisiert hatte, leitete Lohner 1915 ein Amtsenthebungsverfahren ein und drängte ihn kurz darauf zum Rücktritt.⁸⁷⁹ Viele Zeitzeugen wie der bekannte Sozialdemokrat Robert Grimm (1881–1958) interpretierten die Entlassung des experimentierfreudigen Seminardirektors als politisch motivierte Aktion gegen progressive Kräfte in der Lehrerausbildung. Tatsächlich begann sich das Klima für gesellschaftliche Experimente mit dem Beginn des Ersten Weltkrieges abzukühlen. Erst in den 1920er Jahren sollte sich die Stimmung wieder verändern.⁸⁸⁰

Vermitteln, popularisieren und vernetzen: Die *Berner Seminarblätter* als Drehscheibe der Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform

Bereits kurz nach seinem Antritt als Seminardirektor gab Schneider ab 1907 die *Berner Seminarblätter* (ab 1916: *Die Schulreform*) als Konkurrenzblatt zum freisinnigen *Berner Schulblatt* heraus. Die Zeitschrift war ein Abbild der vielfältigen Aktivitäten und Denkrichtungen am Berner Lehrerseminar während der knapp zehnjährigen Schneider-Ära. Zahlreiche Lehrer wie auch ehemalige Schüler veröffentlichten darin Artikel über Reformpädagogik, Psychoanalyse, Lebensreform, religiösen Sozialismus, Heimatschutz und viele andere Reformbestrebungen des frühen 20. Jahrhunderts. Die Zeitschrift stieg schnell zum wichtigsten reformpädagogischen Publikationsorgan in der Schweiz auf

879 Siehe zur Absetzung Schneiders als Seminardirektor: Hans-Ulrich Grunder, Konzeptionelle Kontinuität und biographischer Bruch. Ernst Schneider (1878–1957): Reformpädagoge, entlassener Lehrerbildner, Universitätsdozent, Psychoanalytiker, in: Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften, 41/2 (2019), S. 315–334.

880 Vgl. Fritz Müller, Glanz und Elend der Seminardirektoren. Der Fall Schneider – ein Lehrstück, in: Vereinigung ehemaliger Schüler des Staatsseminars Bern-Hofwil (Hg.), Der Fall Schneider. Ein Lehrstück, Bern 1989, S. 5–23. Nach seiner Abwahl erhielt Schneider eine Stelle als Dozent am Genfer *Institut Jean-Jacques Rousseau*, wo er zusammen mit Adolphe Ferrière arbeitete. 1920 folgte er dem Ruf als Professor an den Lehrstuhl für Pädagogik der Universität Riga.

und diente bald auch anderen Reformbewegungen als viel beachtetes Sprachrohr.⁸⁸¹ Nicht zuletzt ermöglichte sie die Vernetzung reformorientierter, junger Lehrer und Lehrerinnen nach ihrer Ausbildung im *Berner Lehrerseminar*. So betonte Schneider in der ersten Ausgabe das Bedürfnis „mit seinen Schülern nach der Seminarzeit in geistigem Kontakt zu bleiben, um ihnen bei ihrer Fortbildung im Dienste der pädagogischen Seite der Berufsarbeit behilflich zu sein“.⁸⁸²

Anhand der *Berner Seminarblätter* lässt sich zeigen, welche Reformströmungen im Umkreis des Berner Lehrerseminars diskutiert wurden. So nahm in den ersten Jahrgängen die Pädagogik der Landerziehungsheime viel Raum ein. Dazu trug vor allem der Berner Lehrer und Schriftsteller Otto von Greyerz (1863–1940) bei, der ab dem fünften Jahrgang Mitherausgeber der Zeitschrift war und regelmässig von seiner Arbeit als Deutsch- und Englischlehrer am *Landerziehungsheim Glarisegg* berichtete.⁸⁸³ Ab dem sechsten Jahrgang erweiterte mit Oskar Pfister ein ausgewiesener Spezialist der psychoanalytischen Pädagogik die Herausgeberschaft. Er veröffentlichte neben Schneider und anderen bekannten Psychoanalytikern wie Oskar Messmer (1878–1950) und Hans Zulliger (1893–1965) zahlreiche Beiträge zur Psychoanalyse in den *Seminarblättern*.⁸⁸⁴

Von Anfang an spielten auch jugendbewegte Aktivitäten und lebensreformistische Gesundheitspraktiken wie Alkohol- und Tabakabstinenz, Ernährungsreform und Körperkultur eine wichtige Rolle in den *Berner Seminarblättern*. Vor allem der langjährige Leiter des Unterseminarkonvikts Jakob Stump (1864–1926) propagierte in mehreren Artikeln Exkursionen und Wanderausflüge als wichtiges Erziehungsinstrument und positionierte sich gegen das Alkoholtrinken. Stump war nicht nur Mitbegründer des *Vereins abstinenter Lehrer und*

881 Vgl. ebd., S. 19 f.

882 Ernst Schneider, Zur Einführung, in: *Berner Seminarblätter*, 1/1 (1907), S. 1.

883 Der spätere Germanistikprofessor erlangte in der Schweiz vor allem mit seiner Mundartdichtung eine grosse Bekanntheit. Zu seinen bekanntesten Werken gehört die Volksliedsammlung *Im Röseligarte*, die ab 1908 in sechs Bänden erschien. Hans Trüb verwendete später einige Lieder dieser Sammlung für seine *Fahrtenlieder der Schweizer Wandervögel*: Hans-Ulrich Grunder, Otto von Greyerz, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/011838/2007-01-23/> (26.02.2020); Brigitte Bachmann-Geiser, Hundert Jahre Röseligarte, in: *GVS/CH-EM-Bulletin*, Gesellschaft für die Volksmusik in der Schweiz, 7 (2008), S. 45 ff.

884 Vgl. Bühler, Der „letzte Zufluchtsort für Stürmer und Dränger“? S. 54–57.

Lehrerinnen, sondern auch glühender Unterstützer der Wandervogel.⁸⁸⁵ Seine Begeisterung für die Wandervogelbewegung teilte er mit Karl Matter (1874–1957), der ebenfalls zahlreiche Artikel in den *Seminarblättern* veröffentlichte.⁸⁸⁶ Der Thurgauer Lehrer führte an der Kantonsschule Frauenfeld abstinente Schulwanderungen durch. Dort hatte er bereits 1902 zusammen mit einigen Kantonsschülern die lokale *Helvetia*-Ortsgruppe gegründet. Der junge Lehrer propagierte die Wandervogeltouren vor allem als Instrument eines praktischen Anschauungsunterrichts. Später war Matter der erste Chronist des *Schweizer Wandervogels*: Schon 1914 gab er unter dem Titel *Freie Jugend* einen ersten historischen Abriss dieser Jugendbewegung heraus.⁸⁸⁷

Ein begeisterter Anhänger von Schulwanderungen und der Wandervogelbewegung war auch Hermann Röthlisberger (1883–1922), der zwischen 1909 und 1915 zu den einflussreichsten Lehrern am Berner Lehrerseminar gehörte.⁸⁸⁸ In den *Seminarblättern* forderte er die Lehrer auf, anstatt in den „staubigen Turnhallen“ mit den Kindern „auf abgelegener Waldwiese, oben auf einer Weide in des Herrgotts goldener Sonne im Freilicht [zu] turnen“.⁸⁸⁹ Röthlisberger legte grossen Wert auf eine „ganzheitliche“ Erziehung, die neben intellektuellen auch handwerkliche Fähigkeiten fördert. Mit seinem Handwerksunterricht versuchte

885 Vgl. Weber, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“, S. 101 f.; siehe zu den Aktivitäten abstinenter Lehrpersonen in der Schweiz auch: Hofmann, Gesundheitswissen in der Schule, S. 188–212.

886 Siehe dazu u. a.: Karl Matter, Jugendwanderungen, in: Berner Seminarblätter, 6/4 (1913), S. 97. Die *Seminarblätter* berichteten immer wieder über die Wandervogelbewegung. Siehe dazu u. a.: Willi Warstat, Der Geist des Pfadfinders und Wandervogels, in: Berner Seminarblätter, 8/15 (1915), S. 281–288. Zum Teil wurden sogar komplette Beiträge aus der Zeitschrift des *Schweizer Wandervogels* abgedruckt: Walter Tobler, Wandervogel. Vom Spielen, in: Die Schulreform, 10/1 (1916), S. 141 ff.

887 Vgl. Karl Matter, Freie Jugend. Vom schweizerischen Wandervogel und seinen Zielen, Aarau 1914. Eine enge Freundschaft verband Matter mit Hermann Lietz, den er erstmals in Glarisegg traf. Bis 1914 arbeitete er mehrmals als Stellvertreter in verschiedenen Landerziehungsheimen, 1910 sogar zwischenzeitlich als Schulleiter im hessischen Bieberstein: Fritz Wartenweiler, Ein Neunziger sucht, Zürich 1979, S. 76–90; Hans-Ulrich Grunder, Karl Matter, in: Historisches Lexikon der Schweiz (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/028156/2009-12-08/> (08.08.2019).

888 Nach eigenen Angaben kam Röthlisberger bereits in seiner Studienzeit in Jena mit dem deutschen *Wandervogel* in Kontakt: vgl. Hermann Röthlisberger, Schulwanderungen, in: Berner Seminarblätter, 1/2 (1907), S. 29 f.

889 Ebd., S. 26.

er ein Gegengewicht zur voranschreitenden Arbeitsteilung und beruflichen Spezialisierung zu schaffen. Diese Ziele verfolgte er auch nach seiner Lehrtätigkeit als Sekretär des 1913 gegründeten *Schweizerischen Werkbundes* und Redaktor der Architekturzeitschrift *Das Werk* (1914). Diese Reformbewegung setzte sich im Zeitalter der industriellen Massenproduktion für eine qualitativ hochstehende, funktionale und zugleich ästhetisch ansprechende Handwerkskunst ein.⁸⁹⁰

Am Berner Oberseminar bildete Röthlisberger unter anderem die späteren Künstler Otto Morach (1887–1973) und Arnold Brügger (1888–1975) aus. Einen starken Einfluss übte er auch auf Johannes Itten (1888–1967) aus, der zwischen 1904 und 1908 das Berner Lehrerseminar absolvierte und ab 1919 zu den bedeutendsten Lehrern am *Bauhaus* in Weimar zählte. Dort führte er nicht nur die reformpädagogischen Ansätze seiner Berner Zeit weiter, sondern verbreitete auch die lebensreformerisch geprägte Ernährungs- und Gesundheitslehren der Mazdaznan-Bewegung, die er ebenfalls bei Röthlisberger kennengelernt hatte. Schon Röthlisbergers Schwiegermutter Anna Elisabeth Schär-Stettler hatte 1903 in Bern ein vegetarisches Restaurant eröffnet, das sich auf die Ernährungsregeln der Mazdaznan-Lehre spezialisierte.⁸⁹¹ Die neureligiöse Glaubensgemeinschaft berief sich auf eine Mischung aus persischem Zoroastrismus, Buddhismus und Christentum. Die Mazdaznan-Lehre stützte sich auf die rassistisch-sozialdarwinistische Vorstellung, dass sich die vermeintlich überlegene „arische Rasse“ durch falsche Ernährung und Durchmischung mit anderen „Rassen“ degeneriert habe. Durch spezifische Körper- und Atemübungen in Anlehnung an Tantra- und Yogapraktiken, eine strenge, vegetarische Diät mit Trennkost und Vollkornprodukten und vermeintliche „Rassenzucht“ sollte sie wieder „rein“ werden und dadurch an Kraft und Vitalität gewinnen. Während der Vegetarismus oft als quasireligiöse Heilslehre verspottet wurde, nahm die Ernährung in der Mazdaznan-Bewegung tatsächlich eine religiöse Dimension an. Das ging so weit, dass die Glaubensgemeinschaft Kochbücher als heilige Schriften ihrer Religion herausgab.⁸⁹² Itten liess einige

890 Vgl. Weber, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“, S. 103–107; siehe zur Reformarchitektur in der Schweiz: Crettaz-Stürzel, *Heimatstil*.

891 O. A., Bern, in: *Vegetarische Warte*, 36/2 (1903), S. 32.

892 Vgl. Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 153–174. Obwohl die Schweiz für die Mazdaznan-Bewegung als wichtige Drehscheibe in Europa fungierte, gibt es dazu bisher kaum wissenschaftliche Untersuchungen. Siehe dazu: Rahel Gutmann, *Wie Zarathustra in die Lebensreform kam. Eine Untersuchung der Rezeption der*

Körperpraktiken der Mazdaznan-Lehre wie Konzentrations-, Atem- und Gymnastikübungen in seinen berühmten „Vorkurs“ einfließen. Später setzte er auch die vegetarischen Ernährungsregeln der neureligiösen Bewegung in der Kantine der Schule durch.⁸⁹³

Einen weiteren thematischen Schwerpunkt in der reformpädagogischen Programmatik der *Berner Seminarblätter* bildete der religiöse Sozialismus. Die christliche Reformbewegung ging von den protestantischen Theologen Hermann Kutter (1863–1931) und Leonard Ragaz (1868–1945) aus, die um 1900 einen Mittelweg zwischen religionskritischem Sozialismus und den antisozialistischen Tendenzen der christlichen Kirchen suchten. Sie bewegten sich damit in der Tradition einer sozialkritischen Auslegung des Christentums, die sich vor allem auf die Bergpredigt und die urchristliche Gütergemeinschaft stützte. Mit Albert Schädelin (1879–1961) und Karl von Greyerz (1870–1949) verfassten wichtige Vertreter der Bewegung mehrere Beiträge in der Zeitschrift. Darin ging es in erster Linie um die religiöse Erziehung der Kinder und die Bedeutung des Religionsunterrichts in der Schule. So betonte unter anderem der Berner Schulinspektor Arnold Schrag (1871–1933), dass mit dem Aufstieg der Wissenschaft „das Bedürfnis nach dem Transzendenten“ nicht verloren gegangen sei. Deshalb gehöre auch der Religionsunterricht in die reformpädagogische „Zukunftsschule“.⁸⁹⁴ Dem ökumenischen Ansatz des religiösen Sozialismus folgend, sollte dabei aber keine konfessionelle Richtung vorgegeben werden.

Die *Berner Seminarblätter* zeugen von der starken Vermischung verschiedenster Reformbewegungen im frühen 20. Jahrhundert: Reformpädagogen nutzen beispielsweise die aufkommende Psychoanalyse und den religiösen Sozialismus für ihre Erziehungskonzepte und adaptierten Praktiken der Jugend- und Lebensreformbewegung wie Wanderungen, Alkoholabstinenz und Körperübungen für ihren Schulunterricht. Während das Berner Lehrerseminar dafür ein wichtiger Kontaktraum und Praxisort war, stellten die

Mazdaznan-Bewegung im deutschsprachigen Raum mit Fokus auf die Aryana-Siedlung in Herrliberg, ca. 1910 – 1930, Masterarbeit ETH Zürich 2021.

893 Wie der Historiker Ulrich Linse schreibt, hatte sich rund um Itten ein studentischer Zirkel gebildet, der Züge „einer säkularen mönchischen Lebensgemeinschaft“ zeigte: vgl. Ulrich Linse, Johannes Itten und Mazdaznan am Bauhaus, in: Bauhaus Imaginista Journal, 2019, (Onlineversion), <http://www.bauhaus-imaginista.org/articles/4787/johannes-itten-and-mazdaznan-at-the-bauhaus/de?0bbf55ceffc3073699d40c945ada9faf=2409303b37599ec16b7f2cacafa4ff5a> (18.06.2019).

894 Arnold Schrag, Religionsunterricht und Lehrpersönlichkeit, in: *Berner Seminarblätter*, 4/2 (1910), S. 64.

Berner Seminarblätter die überregionale Vernetzung dieser Reformbewegungen sicher. Die Zeitschrift verweist aber auch auf die fortschreitende Pädagogisierung der Gesellschaft. So waren Persönlichkeitsbildung, Identitätssuche und religiöse Orientierung nicht mehr nur Probleme einer bildungsbürgerlichen Elite, sondern hielten auch Einzug in die öffentliche Schulbildung. Nicht mehr nur Privatschulen wie die Landerziehungsheime kümmerten sich um eine „ganzheitliche“ Ausbildung der Kinder, sondern auch die öffentlichen Schulen. Immer mehr Lehrer versuchten nicht nur die intellektuellen Fähigkeiten ihrer Schüler und Schülerinnen zu fördern, sondern auch die körperliche Gesundheit durch gute Ernährung, genügend Bewegung, Wanderungen und Körperkultur zu fördern. Lebensreformerische Gesundheitspraktiken gelangten dadurch zunehmend in die Mitte der Gesellschaft.

Die Etablierung einer neuen Bewegung: Die *Schweizerische Pädagogische Gesellschaft*, das *Pestalozzi-Fellenberg-Haus* und das *Freilandheim Rüdlingen*

Um die reformpädagogischen und psychoanalytischen Erziehungsmethoden auch ausserhalb des Berner Lehrerseminars bekannt zu machen, gründete Ernst Schneider 1910 die *Schweizerische Pädagogische Gesellschaft* (S.P.G.). An der konstituierenden Versammlung am 15. Oktober definierte er die neue Organisation als „Arbeitsgemeinschaft“, die sich einerseits für die „persönliche Ausbildung der Lehrerpersönlichkeit“ einsetze und andererseits die Weiterentwicklung der Schule fördere.⁸⁹⁵ Dazu organisierte sie pädagogische Weiterbildungsangebote, Abendvorträge und Ferienkurse. Zudem stellte sie Fachliteratur für Lehrpersonen bereit, stellte eine Leihbibliothek mit geeigneten Werken für die Klassenlektüre zusammen und verkaufte Kinder- und Jugendliteratur. Darunter waren „Schriften zur Lebensreform, über Pädagogik und Psychoanalyse“ ebenso wie zur „sexuellen Aufklärung“.⁸⁹⁶ Mit ihren Angeboten richtete sich die S.P.G. sowohl an Lehrpersonen und andere Fachpersonen als auch an Kinder, Jugendliche und ihre Eltern.⁸⁹⁷

Vor allem die Ferienkurse entwickelten sich schnell zu einem wichtigen Treffpunkt verschiedener Reformbewegungen. Vordenker der Psychoanalyse,

895 Ernst Schneider, *Pädagogische Gesellschaft*, in: *Berner Seminarblätter*, 4/8 (1910), S. 312 f.

896 O. A., Vom Ziel und Zweck dieser Zeitschrift, in: *Die Schulreform*, 15/1 (1921), S. 1.

897 Vgl. ebd., S. 1 ff.

Reformpädagogik, Lebensreform und des religiösen Sozialismus vernetzten sich an diesen Veranstaltungen und vermittelten ihre Ansätze an Lehrpersonen, die in ihrer Funktion als Multiplikatoren die Reformbestrebungen in der ganzen Schweiz popularisierten. Vom 8. bis 15. Oktober 1916 führte Schneider zusammen mit Oskar Pfister, Albert Schädelin und Otto von Greyerz eine erste Bildungswoche in Sundlauenen im Berner Oberland durch.⁸⁹⁸ Ein Jahr später ergänzten im Schloss Oberried südlich von Bern die beiden Professoren Édouard Claparède und Pierre Bovet vom Genfer *Institut Jean-Jacques Rousseau* die illustre Versammlung und trugen damit zum Austausch zwischen Deutsch- und Westschweiz bei.⁸⁹⁹ Die S.P.G. führte diese Bildungsangebote mit wechselndem Personal bis in die 1930er Jahre durch.

Wie ein Teilnehmer in den *Berner Seminarblättern* berichtete, wurden im ersten Ferienkurs Methoden der psychoanalytischen Pädagogik, der Arbeitsschule und des Anschauungsunterrichts vorgestellt. Wobei die Vortragenden nicht nur die neuartigen Lehransätze vermittelten, sondern auch die Lehrpersonen zur „Selbsterkenntnis und Selbsterziehung“ anleiteten. Nur wer seine eigenen „Nöte“ überwunden habe und „zur freien, sich selbst beherrschenden, reinen Liebe“ fähig sei, könne seine Schüler „zu freien, reinen, gütigen, schaffensfreudigen Persönlichkeiten“ anleiten.⁹⁰⁰ Wie in den Richtlinien der S.P.G. vorgegeben, sollte die Arbeit an der eigenen Lehrerpersönlichkeit der Verbesserung des Unterrichts vorausgehen: „Die Psycho-Analyse will also nicht die Erziehungslehre sein, aber ihr dienend zu Hülfe kommen; sie will die bisherige Pädagogik nicht ersetzen, sondern ihr vorarbeiten. Allein nur gründlich geschulte, innerlich gefestigte und erfahrene Erzieher sollen sich der neuen pädagogischen Methode bedienen.“⁹⁰¹

Die Lehrer und Lehrerinnen sollten vor allem auf die Methoden psychoanalytischer Selbsttherapien zurückgreifen, um ihre Persönlichkeit weiterzuentwickeln. In späteren Jahren nutzten sie auch zunehmend lebensreformerische Gesundheitspraktiken, um am eigenen Selbst zu arbeiten. Vor allem im sogenannten *Freilandheim Rüdlingen* im Kanton Schaffhausen, das sich in den

898 Vgl. o. A., Einige Eindrücke vom ersten Ferienkurs der S.P.G. in Sundlauenen, in: *Die Schulreform*, 10/21 (1917), S. 513–523.

899 Vgl. A. Kästli, Bericht über den zweiten Ferienkurs der S.P.G. im Schloß Oberried bei Belp, 7.-14. Oktober 1917, in: *Schulreform*, 11/21 (1918), S. 350–361.

900 O. A., Einige Eindrücke vom ersten Ferienkurs der S.P.G. in Sundlauenen, in: *Die Schulreform*, 10/21 (1917), 513 f.

901 Kästli, Bericht über den zweiten Ferienkurs der S.P.G., S. 352.

1920er Jahren als wichtigster Tagungsort der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* etablierte, spielte die Lebensreform eine wichtige Rolle bei der Weiterbildung und Selbsterziehung der Lehrer und Lehrerinnen.⁹⁰² Der Reformpädagoge Konrad Gehring (1881–1959) eröffnete den Veranstaltungsort 1923 zusammen mit seiner Frau Frieda Gehring-Meyer als Reformschule, Tagungsgebäude, Ferienheim und Jugendherberge.⁹⁰³ Das *Freilandheim* veranstaltete „Bildungskurse [...] mit lebensvoller Eigenart“, bei denen sich die Lehrpersonen eine „[e]infache, gesunde Lebensweise nach neuzeitlichen Erkenntnissen“ aneignen konnten. Wie aus einer Werbeanzeige zu entnehmen ist, stellte das Freilandheim seinen Gästen ein „[e]igenes Vollbrot, [e]igene alkoholfreie Vollsäfte, Frischgemüse u. Frischobst vorwiegend aus der eigenen Siedlung“ zur Verfügung.⁹⁰⁴ Neben Sitzungs- und Schlafräumen, einer Bibliothek und Werkstatt gab es auch „Lauben für Sonnen- und Luftbäder“. Mithilfe „einer reinen und einfachen Ernährung frei von allen Kulturgiften“ und durch die „Befreiung von tausend nichtigen Aeußerlichkeiten“ sollte der Aufenthalt im *Freilandheim* den „Weg zu geistiger, seelischer und körperlicher Gesundung“ ebnen.⁹⁰⁵

In der *Schulreform* betonte Gehring, dass sich im *Freilandheim* Gleichgesinnte treffen, „die den Glauben im Herzen tragen, daß allein durch die angestrengteste Arbeit jedes Einzelnen, sein Ich auf ein höher gebildetes Sein empor zu entwickeln, eine wirklich bessere Welt aufzubauen möglich“ sei. In Ferienkursen und „freien Zusammenkünften“ sollten sich „neuorientierte[...] Menschen“ austauschen, um „Anregung und Förderung zu empfangen für die eigene Selbstverwirklichung“.⁹⁰⁶ Diese Selbsterziehung zum besseren Leben und neuen Menschen wurde durch zahlreiche bekannte Persönlichkeiten angeleitet, die neben Reformpädagogik, Psychoanalyse und neureligiösen Überzeugungen auch über lebensreformerische Themen wie Alkoholabstinenz,

902 In einem 1925 veröffentlichten Flugblatt wird die Bedeutung des *Freilandheims* für die S.P.G. betont: „Jedes Jahr finden Ferienkurse statt, wenn immer möglich in Rüdlingen, im Freilandheim von Konrad Gehring, das aus hartem Kampf heraus gewachsen, für unsere Bestrebung ein idealer Bildungsort geworden ist.“: Fritz Schwarz, Was will das Pestalozzi-Fellenberg-Haus-Bern? In: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Dossiers zu beruflichen und politischen Tätigkeiten, Ar 162.10.2.

903 Vgl. Schärfer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 66 f.

904 Siehe dazu den Briefkopf: Frieda Gehring, Brief an Elly Schwarz, in: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

905 Konrad Gehring, Freiland-Licht-Hort, in: *Schulreform* 16/6 (1922), S. 196.

906 Ebd., S. 197.

Ernährungsreform, Biolandbau oder Körperkultur sprachen. Beispielsweise führte die S.P.G. im Oktober 1926 zusammen mit dem *Verein abstinenter Lehrer und Lehrerinnen* und der abstinenten Hochschulverbindung *Libertas* einen „Kurs zur [A]usbildung von [A]bstinenten“ durch.⁹⁰⁷

Wie eine Teilnehmerin des Ferienkurses im Herbst 1925 in der *Schweizerischen Lehrerinnenzeitung* berichtete, war die Lebensreform dabei nicht nur abstraktes Vortragsthema, sondern sie strukturierte den Tagesablauf der Teilnehmenden:

Um ½8 morgens fing's an mit Turnen auf dem Rasenplatz hinter dem Haus oder im Laboratorium. Ob wir nun dänische Gymnastik betrieben oder nach Methode Laban turnten und Arme und Beine hochreckten, das war gleich lustig und gab Appetit auf's Morgenessen, ungefähr um 8 Uhr. [...] um 9 Uhr versammelten sich alle im Vortragszimmer zu Referaten und Diskussion. Um 12 Uhr war Mittagessen, ein einfaches, gutes vegetarisches Essen und ein Rohköstler-Tisch. [...] Nach dem Essen ging man in's Freie auf die Waldwiese und übte Volkstänze oder man schleppte Bänke und Matratzen vors Haus und lag an die Sonne.⁹⁰⁸

Lebensreformerisch geprägte Körperübungen wie Gymnastik, Ausdruckstanz und Sonnenbad durften so wenig fehlen wie die obligate, vegetarische Ernährung. Zum Tagesprogramm gehörten auch typisch jugendbewegte Gemeinschaftsaktivitäten wie Volkstänze, Gitarrenmusik und Gesang am Lagerfeuer sowie Wanderungen in der näheren Umgebung.⁹⁰⁹ Damit vermischten sich im *Freilandheim Rüdlingen* Anfang der 1920er Jahre lebensreformerische und jugendbewegte Praktiken mit Reformpädagogik, Psychoanalyse, Neureligionen und anderen Reformbestrebungen.

In der Zwischenkriegszeit führte die *Schweizerische Pädagogische Gesellschaft* jedes Jahr mehrere dieser Ferienkurse, dutzende Vorträge und zahlreiche andere Veranstaltungen durch. Um dieses wachsende Programm zu bewältigen, erhielt sie 1918 mit dem *Pestalozzi-Fellenberg-Haus* einen institutionalisierten Rahmen mit ständigem Sekretariat in Bern. Als Geschäftsführer setzte Schneider seinen ehemaligen Schüler Fritz Schwarz (1887–1958) ein, der zwischen 1902 und 1906 das Berner Lehrerseminar besucht hatte. Schwarz

907 O. A., Kurs zur ausbildung von abstinenten, in: Schulreform, 20/4-5 (1926), S. 97.

908 C. K., Herbstferienkurs der Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft, in: Schweizerische Lehrerinnenzeitung, 30/2 (1925), S. 31 f.

909 Vgl. ebd., S. 32 f. Wie eine Teilnehmerliste aus dem Jahr 1926 zeigt, nahmen an den Kursen über 40 Personen teil. Davon war mehr als die Hälfte weiblich: vgl. Teilnehmerliste, 10.-17. Oktober 1926, in: Sozialarchiv, Privatchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

trug nicht nur den reformpädagogischen Kurs mit, sondern verstärkte auch die lebensreformerischen Ansätze in der S.P.G.⁹¹⁰ Mit dem *Pestalozzi-Fellenberg-Haus* hatte die Organisation nun auch einen eigenen Verlag, um Literatur über Reformpädagogik, Psychoanalyse, Sexualaufklärung und Lebensreform herauszugeben.⁹¹¹ Dort konnten auch kontroverse Autoren wie Carl Albert Loosli (1877–1959) ihre Werke veröffentlichen.⁹¹²

Die Ausbreitung der lebensreformerischen Selbsterziehung: Erwachsenenbildung und Volkshochschulen

Ein Blick auf das „Arbeits-Programm“ vom Herbst 1918 macht deutlich, dass sich die Vorträge, Kurse und Beratungsangebote des *Pestalozzi-Fellenberg-Hauses* nicht nur an Lehrpersonen richteten, sondern an eine breite Öffentlichkeit adressiert waren. So gab es unter anderem einen „Elternabend“ über „Erziehungsfehler“, eine „Einführung in die Jugendliteratur“, einen Kurs zur „[s]eelische[n] Entwicklung, Erkrankung und Heilung“ von Schulkindern, eine „Einführung in die Methodik der Psychoanalyse für Erzieher (Lehrer und Eltern)“ und eine Besprechung der psychoanalytischen Schriften von C. G. Jung.⁹¹³ Die Angebote des *Pestalozzi-Fellenberg-Hauses* lassen sich deshalb auch

910 Wie stark Fritz Schwarz durch die Zeit im Lehrerseminar geprägt wurde, lässt sich in seiner Autobiografie herauslesen. Auf Anregung des späteren SP-Bundesrates Ernst Nobs (1886–1957) trat er in die abstinenten Verbindung *Felicitas* ein, die seit 1900 als *Helvetia*-Sektion am Berner Lehrerseminar existierte. Einen prägenden Einfluss übte auch der bereits erwähnte Lehrer Jakob Stump auf Schwarz aus. Durch den engagierten Lehrer kam er nicht nur mit dem *Verein abstinenter Lehrer und Lehrerinnen* in Kontakt, sondern entdeckte auf einer Schulreise über den Gotthardpass auch seine Vorliebe für jugendbewegtes Wandern. Nach der Lektüre lebensreformerischer Werke begann er sich schliesslich auch vegetarisch zu ernähren: vgl. Fritz Schwarz, *Wenn ich an meine Jugend denke*, Bern 1959, S. 42–50 u. 79–85.

911 Vgl. Fritz Schwarz, *Was will das Pestalozzi-Fellenberg-Haus-Bern?* In: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Dossiers zu beruflichen und politischen Tätigkeiten, Ar 162.10.2.

912 Unter anderem setzte sich der Berner Schriftsteller 1924 in seinem Buch *Anstaltsleben* mit den Missständen der sogenannten administrativen Versorgung auseinander und bekämpfte in der 1927 veröffentlichten Streitschrift *Die schlimmen Juden!* antisemitische Verschwörungstheorien: vgl. Erwin Marti, Carl Albert Loosli, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/012084/2019-07-11/> (13.08.2019); Anfang der 1920er Jahre veröffentlichte Loosli auch zahlreiche Beiträge in der *Schulreform*.

913 Pestalozzi-Fellenberg-Haus, *Arbeits-Programm*, in: *Die Schulreform*, 12/5 (1918), o.S.

unter dem Begriff der Erwachsenenbildung einordnen. Diese Weiterbildungsangebote für Erwachsene breiteten sich seit dem ausgehenden 19. Jahrhundert aus. Sie vermittelten einerseits wissenschaftliche Fertigkeiten und technische Qualifikationen und förderten andererseits die Emanzipationsbestrebungen benachteiligter Sozialgruppen wie Arbeiter, Frauen und Migranten. Die Erwachsenenbildung versuchte soziale Probleme wie Armut, Arbeitslosigkeit und Ungleichheit durch Bildungsangebote zu bewältigt.⁹¹⁴

Als wichtigster Förderer der Erwachsenenbildung in der Schweiz gilt der Schriftsteller und Reformpädagoge Fritz Wartenweiler (1889–1985), der in den 1920er und 1930er Jahren die sogenannte Volkshochschulbewegung in der Schweiz prägte.⁹¹⁵ Auch Wartenweiler bewegte sich in jugendbewegt-lebensreformerischen Kreisen: Als Mitglieder der *Helvetia*-Ortsgruppe *Firmitas* kam er schon in der Kantonsschule Frauenfeld mit Karl Matter, der abstinenten Jugendbewegung und reformpädagogischen Erziehungsmethoden in Berührung.⁹¹⁶ Später pflegte er enge Kontakte zur *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* und trat an ihren Ferienkursen als Redner auf.⁹¹⁷ Mit der Volkshochschulbewegung kam Wartenweiler während seines Philologie- und Philosophiestudiums zwischen 1909 und 1911 in Berlin und Kopenhagen in Kontakt. In dieser Zeit arbeitete er einige Monate als Lehrer in der *Ryslinge Folkehøjskole* auf der dänischen Insel Fünen. Dort lernte er das System der sogenannten Heimvolkshochschulen

914 Siehe zur Geschichte der Erwachsenenbildung u. a.: Hans-Hermann Groothoff, *Erwachsenenbildung und Industriegesellschaft. Eine Einführung in Geschichte, Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung in der Bundesrepublik Deutschland*, Paderborn 1976; Rainer Brödel (Hg.), *Erwachsenenbildung in der Moderne. Diagnosen, Ansätze, Konsequenzen*, Opladen 1997.

915 Zwischen 1914 und 1917 war Wartenweiler Direktor des Solothurner Lehrerseminars. Neben seiner Erziehungsarbeit veröffentlichte er zahlreiche Kinderbücher und Biografien über bekannte Personen wie Mahatma Gandhi, Fridtjof Nansen oder Auguste Forel. Ausserdem setzte er sich für die internationale Friedensarbeit ein und organisierte Hilfe für kriegsgeschädigte Kinder. Siehe dazu: Franz Josef Graab, *Fritz Wartenweiler und die Erwachsenenbildung in der Schweiz*, Zürich 1975; Ernst Baumann et al., *Wir bangen um das Ganze. Gedenkschrift Fritz Wartenweiler 1889–1989*, Herzberg 1989.

916 Wartenweiler berichtet in seiner Autobiografie ausführlich über den Einfluss Matters auf sein Leben: vgl. Fritz Wartenweiler, *Ein Neunziger sucht*, Zürich 1979, S. 76–90.

917 Wartenweiler trat unter anderem im Rüdlinger Ferienkurs vom 20. bis 27. Juli 1924 auf: O. A., *Ferienkurse der Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft*, in: *Schweizerische Lehrerinnenzeitung*, 28/9 (1924), S. 181.

kennen, die mehrwöchige Kurse für Arbeiter und Bauern anboten. Ähnlich wie die Landerziehungsheime wurden diese Weiterbildungsstätten für Erwachsene in ländlicher Umgebung gebaut, um die Menschen ausserhalb der urbanen Zentren zu unterrichten. Die Teilnehmenden lernten dort nicht nur gemeinsam, sondern wohnten und lebten auch zusammen mit den Lehrpersonen.⁹¹⁸

Nach diesem Vorbild eröffnete Wartenweiler 1919 in Frauenfeld das Volksbildungsheim *Nussbaum*. Dort sollten „[j]unge Leute beiderlei Geschlechts“ für ein „Halbjahr“ oder einige Wochen leben, arbeiten und lernen: „Wir wollen sie einführen in das Leben, Denken, Dichten, Schaffen unserer Vorfahren, besonders vom 19. Jahrhundert, und der Völker um uns; wir wollen ihnen helfen, sich selbst zu verstehen und ihre Volksgenossen zu lieben.“⁹¹⁹ Reformpädagogischen Ansätzen folgend, gab es keine Prüfungen oder Lernziele, die Teilnehmenden sollten sich selbst nach eigenen Interessen entfalten und weiterentwickeln. Neben Vorträgen, Diskussionen, Naturbeobachtungen, Wanderungen und Museumsbesuchen arbeiteten die Schüler und Schülerinnen täglich mehrere Stunden im landwirtschaftlichen Betrieb der Schule.⁹²⁰ Trotz intensiver Werbearbeit hatte der *Nussbaum* aber kaum mehr als vier bis acht Kursteilnehmende pro Jahr. Deshalb begann Wartenweiler ab 1922 seinen Tätigkeitsbereich auszuweiten, indem er in der ganzen Schweiz Vorträge hielt und Weiterbildungskurse ausrichtete.⁹²¹

Vor allem in den 1930er Jahren baute die Volkshochschulbewegung die Erwachsenenbildungsangebote in der Schweiz massiv aus. Unter anderem wurde 1935 im aargauischen Densbüren das Volksbildungsheim *Herzberg* ins Leben gerufen. In zahlreichen Bildungsangeboten wurden verschiedenste Bereiche des alltäglichen Lebens problematisiert und Anleitungen für eine verbesserte Lebensweise zur Verfügung gestellt. Bei nicht wenigen dieser Selbsterziehungs- und Selbstoptimierungsangebote handelte es sich um lebensreformerische Gesundheitspraktiken – insbesondere vegetarische Ernährungsweisen, alternative Koch- und Konsumformen wie auch Körperpflege, Körperübungen und Psychotechniken. So gehörten auch Lebensreformer und

918 Siehe zur Volkshochschulbewegung: Norbert Vogel, Grundtvigs Bedeutung für die deutsche Erwachsenenbildung. Ein Beitrag zur Bildungsgeschichte, Bad Heilbrunn 1994.

919 Fritz Wartenweiler, Erwachsenenbildung gestern – heute – morgen. Ausgewählte Schriften, Zürich 1949, S. 76.

920 Vgl. ebd., S. 73–78.

921 Siehe dazu u. a.: Freunde schweizerischer Volksbildungsheime (Hg.), Vom Herzberg und andern Volksbildungsheimen, Zürich 1938.

Lebensreformerinnen zu den aktivsten Rednern und Rednerinnen im Bereich der Erwachsenenbildung, leiteten zahlreiche Weiterbildungskurse und veröffentlichten Selbstbildungsprogramme und Ratgeberliteratur.

5.3 Ferienlager, Vegetarismus und neureligiöse Spiritualität: Die lebensreformerische Jugendbewegung

Lichtwärts: Werner Zimmermanns lebensreformerischer Erziehungs- und Selbstverwirklichungsratgeber

Mit ihren Verhaltensvorschriften und Handlungsanleitungen waren lebensreformerische Gesundheitspraktiken immer schon Teil der voranschreitenden Pädagogisierung der Gesellschaft. Schon die Naturheilkunde vermittelte im 19. Jahrhundert Vorsorgemassnahmen zur Stärkung der Gesundheit. Abwaschungen, Sonnenbäder oder Gymnastikübungen dienten der individuellen Prävention gegen Erkrankungen. Auch die vegetarische Ernährungsweise musste erlernt und eingeübt werden. Lebensreformer und Lebensreformerinnen gehörten damit zu jenen Akteuren, die ihre Ziele über die Erziehung des Individuums zu verwirklichen versuchten, anstatt mit Zwang oder Gewalt vorzugehen. Das Individuum wird „mittels individualisierender Defizitdiagnose unter Druck gesetzt, sich durch Selbstoptimierung an seine Umwelt anzupassen.“⁹²² Zwar denkt der Einzelne, er habe seine Wahl selbstbestimmt getroffen, sein Handeln wurde jedoch durch verinnerlichte Normen vorstrukturiert und durch Erziehungsmassnahmen angeleitet. Gerade in liberalen Gesellschaften entwickelte sich diese Machtausübung zum „präferierte[n] Mittel zur Gewinnung der Individuen für angestrebte Veränderungen“.⁹²³

Das war auch die Vorgehensweise lebensreformerischer Akteure, die im Verlauf des 20. Jahrhunderts immer weitere Bereiche des alltäglichen Lebens problematisierten und damit die Pädagogisierung der Gesellschaft vorantrieben. Das zeigte sich vor allem anhand der Ratgeberliteratur, die seit den 1920er Jahren auf den Markt kam. Darin ging es nicht mehr nur um Einzelbestrebungen wie Alkoholabstinenz, eine vegetarische Ernährung oder naturheilkundliche Behandlungsmethoden, sondern um eine umfassende Erziehung des Individuums zu einer idealen, „natürlichen“ Lebensweise und letztlich die Erschaffung

922 Boser et al., Die Pädagogisierung des „guten Lebens“ in bildungshistorischer Sicht, S. 307.

923 Ebd., S. 308.

eines neuen, gesünder lebenden Menschen. Ein idealtypisches Beispiel für die lebensreformerischen Erziehungs- und Selbstoptimierungsratgeber dieser Zeit ist Werner Zimmermanns (1893–1982) *Lichtwärts*, das zwischen 1922 und 1964 in mehreren hohen Auflagen erschien.⁹²⁴

Zimmermann besuchte von 1909 bis 1913 das Berner Lehrerseminar, wo er erstmals mit Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform in Kontakt kam. Nach seiner Ausbildung übernahm er eine Lehrerstelle in Lauterbrunnen im Berner Oberland, um die neuartigen Erziehungsmethoden zu erproben. Ab 1917 begann er Artikel in den *Berner Seminarblättern* zu veröffentlichen und als Redner in der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* aufzutreten. Sein Engagement war dabei nicht auf die Schweiz begrenzt. In den 1920er Jahren sorgte er bereits im gesamten deutschsprachigen Raum mit seinen Reformbestrebungen für Aufmerksamkeit.⁹²⁵ In Zürich, Berlin oder Wien füllte der charismatische Redner grosse Säle mit hunderten Zuschauern und Zuschauerinnen. An diesen „Massenveranstaltung[en]“ zog er insbesondere Jugendliche „in seinen Bann“. Wobei das Publikum vom „Typ des Naturmenschen bis zum sichtlich ästhetisch eingestellten Wandervogelindividuum“ reichte.⁹²⁶

Wie der Untertitel *Ein Buch erlösender Erziehung* suggeriert, konzipierte Zimmermann *Lichtwärts* als reformpädagogischen Erziehungsratgeber für junge Erwachsene. In Anlehnung an Rousseau betonte er darin die wichtige Aufgabe der Erziehung, die Kinder vor negativen Einflüssen der modernen Gesellschaft zu schützen und sie in ihrer „natürlichen“ Entwicklung zu fördern: „Erlösende Erziehung kann nur den Sinn einer Hilfeleistung haben, die wir dem werdenden Menschen im Bedürfnisfalle schenken, damit er das in

924 Das Buch erschien in mehreren, zum Teil stark bearbeiteten Versionen bis 1964 mit einer Gesamtauflage von 65'000 Exemplaren.

925 Siehe dazu u. a.: Werner Zimmermann, fortragsreise, in: *Tau*, 3/25 (1926), S. 38 f. Zimmermann berichtet darin von 60 Vorträgen mit durchschnittlich 300 Zuhörern und Zuhörerinnen im Jahr 1925.

926 Erna Weher, Werner Zimmermann, in: *Letzte Politik*, 5/2 (1926), S. 2; siehe dazu auch einen Beitrag aus der *freiwirtschaftlichen Zeitung*: „Wenn er [Zimmermann] in Wien spricht“, so erklärt auf einem Kongreß in Paris Frau Hertzka aus Wien, „so ist überhaupt keine Karte mehr zu kriegen“, und in Berlin füllt er die größten Lokale bis auf den hintersten Platz. [...] Die Erscheinung: der Schweizer als Führer deutscher Jugend, die doch ziemlich national eingestellt ist, darf als eine Merkwürdigkeit bezeichnet werden.“: O. A., *Ein reiches Leben*, in: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, Organ des Freiwirtschaftsbund, 9/28 (1931), S. 3.

ihm werdende Ziel, sein wahres Wesen, verwirklichen kann.⁹²⁷ Das Kind sollte nicht durch Zwang etwas lernen, sondern sich selbst entfalten. Die Lehrperson beteiligt sich bei diesem Entwicklungsprozess nur unterstützend.

Als nützliche Erziehungsinstrumente beschreibt Zimmermann psychoanalytische Methoden, die er bei Schneider im Berner Lehrerseminar kennengelernt hatte. Schon in den *Berner Seminarblättern* hatte sich Zimmermann ausführlich zu diesem Thema geäußert. So berichtete er beispielsweise 1917 im Artikel „Sexuelle Aufklärung und Schule“ über seine Erfahrungen als Lehrer im Berner Oberland mit der stark tabuisierten Sexualität im ländlichen Raum. Anstatt mit Ausflüchten und Lügen auf die Fragen seiner Schüler und Schülerinnen zu reagieren, klärte er sie mit psychoanalytischen Methoden auf: „Die Naturkraft besiegen können wir nicht. Uns von ihr knebeln lassen wollen wir nicht. Was bleibt? – – Wir schließen Frieden. Und aus dem starken Feind wird ein starker Freund.“⁹²⁸ In Anlehnung an psychoanalytische Sexualtheorien machte Zimmermann unterdrückte Triebe für die Entstehung krankhafter Verhaltensweisen verantwortlich. Die vorherrschende Sexualmoral mit ihrer Verheimlichungstendenz gefährde daher die gesunde Entwicklung des Kindes. Um diese Gefahr zu bannen, brauche es eine grösstmögliche Ehrlichkeit im Umgang mit Sexualität: „Sprengen wir die Fesseln, damit wir frei atmen können! Nicht zurück in den Sumpf – aufwärts! Nicht weil wir müssen – weil wir wollen!“⁹²⁹ Diesen Appell formulierte Zimmermann auch in *Lichtwärts*. So forderte er die Leser und Leserinnen auf, den Kindern einen zwanglosen Umgang mit ihrem Körper beizubringen und Sexualität als natürlichen Bestandteil des menschlichen Lebens zu vermitteln. Durch diese Erziehung einer anderen Sexualmoral und einem neuen Körpergefühl glaubte Zimmermann gesellschaftliche Normen nachhaltig zu verändern.⁹³⁰

Die „erlösende Erziehung“ richtete sich aber nicht nur an Kinder, sondern auch an Erwachsene. Aus Zimmermanns Perspektive wurden die Menschen durch den „seelenmordende[n] Erziehungsbetrieb in Schule und Familie“, die rigiden Sexual- und Körpervorstellungen der Kirchen und staatliche Unterdrückungsmethoden zu „Sklassen“ erzogen.⁹³¹ Aus diesem Grund habe sich

927 Werner Zimmermann, *Lichtwärts*. Ein Buch erlösender Erziehung, Erfurt 1922, S. 10.

928 Werner Zimmermann, *Sexuelle Aufklärung und Schule*, in: *Die Schulreform*, 10/23-24 (1917), S. 581.

929 Vgl. ebd., S. 579–589, zitiert S. 581.

930 Vgl. Zimmermann, *Lichtwärts*, S. 77 f.

931 Ebd., S. 10.

in vielen Menschen eine „seelische Leere“ ausgebreitet, die mit ungesunden Verhaltensweisen überdeckt werde: „Überernährung, Genußgifte, Reizmittel – übersteigertes Triebleben in- und außerhalb der Ehe – Mode, Klatsch, Steckenpferde – Gezänk, Nervosität, Krankheit – Jagd nach Geld und Vergnügen – jede Arbeit, die hetzt und nicht ruhen lässt“.⁹³² Um diese krisenhaften Erscheinungen zu überwinden, müsse jeder Einzelne durch Selbstreflexion seine Defizite erkennen und sich durch Selbsterziehung zu einem besseren Menschen entwickeln. Typisch für die lebensreformerische Denkweise ist der Einzelmensch nicht nur für die falsche Lebensweise verantwortlich, auch der Weg aus der selbst verschuldeten Krise kann nur über individuelle Anstrengungen erfolgen: Nur wer „natürlich“ lebt, kann eine „restlose, strahlende seelische und körperliche Gesundheit“ erlangen.⁹³³ Zimmermanns *Lichtwärts* ist damit auch ein individualistischer Ratgeber zur „Selbstverwirklichung“. Wer allen Anweisungen folgt, kann sein „innerstes göttliches Selbst verwirklichen“ und sich „zu einer sonnigen Persönlichkeit emporarbeiten.“⁹³⁴ Der Weg zum „sonnige[n] Mensch[en]“, der glücklicher, harmonischer und gesünder lebt, führte über zahlreiche lebensreformerische Selbsttechniken, mit deren Hilfe sich der einzelne Mensch selbst therapieren und optimieren sollte.⁹³⁵

Eine wichtige Rolle weist Zimmermann dabei der Ernährung zu. Ganz im Sinne vegetarischer Vordenker wie Baltzer, Hahn und Bircher-Benner sollte die Nahrung möglichst einfach, unverarbeitet und ungekocht sein, damit „die Vitamine, die Lebens- und Duftstoffe“ nicht zerstört werden. Um die Leistungsfähigkeit zu steigern, muss auf „Genußgifte“ wie Alkohol, Nikotin, Kaffee, Tee und Kakao vollständig verzichtet werden.⁹³⁶ Ebenso soll der raffinierte Zucker, das Kochsalz und andere Zusatzstoffe der Nahrungsindustrie reduziert werden. Stattdessen empfiehlt Zimmermann möglichst viel Rohkost und Vollkornbrot zu essen und fügte ein Rezept für das Birchermüesli hinzu.⁹³⁷

Zur Begründung der fleischlosen Ernährung gab Zimmermann die seit dem 19. Jahrhundert kursierenden Argumente der vegetarischen Bewegung wieder.

932 Ebd., S. 5.

933 Ebd., S. 17.

934 Ebd., S. 126; siehe zu Zimmermanns Selbstverwirklichungsprogramm auch: Meike Sophia Baader, *Erziehung als Erlösung. Transformation des Religiösen in der Reformpädagogik*, Weinheim 2005, S. 230–235.

935 Zimmermann, *Lichtwärts*, S. 11.

936 Ebd., S. 20 u. 24.

937 Vgl. ebd., S. 17–29.

So kritisiert er die Eiweisslehre als „eine[n] der verhängnisvollsten Irrtümer der Wissenschaft“. Das menschliche Gebiss und die Darmlänge würden eindeutig beweisen, dass der Mensch ein „ausgesprochene[r] Früchteesser“ sei.⁹³⁸ Gelange zu viel Eiweiss in den Verdauungstrakt, beginne es zu faulen und produziere schädliche Gifte. Die „sparsame pflanzliche Ernährung“ biete neben den gesundheitlichen auch „große finanzielle Vorteile“, die besonders in der „heutigen Krisenzeit nicht zu verachten“ seien. Volkswirtschaftlich ermögliche der Vegetarismus eine „gewaltige Steigerung der Nahrungsmenge“. Durch die Umwandlung der Nutztierweiden in „reiche Gärten“ könnten viel mehr Menschen mit der gleichen Anbaufläche ernährt werden.⁹³⁹ Verschiedene Völker wie die Japaner, Chinesen und Inder lebten problemlos ohne Fleisch und auch vegetarische Sportler hätten mit ihren Höchstleistungen den Beweis für die leistungssteigernde Wirkung der pflanzlichen Ernährung erbracht. Nicht zuletzt appellierte Zimmermann auch mit eindringlichen Worten an die ethischen Bedenken der Vegetarier und warnte vor den verrohenden Auswirkungen des Fleischkonsums:

Wie, du verschlingst Tierleichen? Du gierst nach Blut, nach dem grellen Reiz von Leichengiften? Sind dir nicht die Tiere liebe Kameraden, du Kannibale? Trägt nicht die Kuh Seele in ihren glänzenden, sinnenden Augen? Sind nicht Krankheiten und Kulturend der Fluch der geschändeten Natur – die Rache der versklavten Tierwelt?⁹⁴⁰

Neben der Ernährung erwähnt Zimmermann in *Lichtwärts* auch weitere lebensreformerische Körperpraktiken zur Steigerung der individuellen Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Aus der Naturheilbewegung adaptierte er die „täglichen Vollbäder, wenn möglich in Wasser und Sonne, in Licht und Luft.“ Ebenso nützlich sei eine „gründliche Reinigung“ der Haut und ausgiebige Turnübungen.⁹⁴¹ Um die Haut zu pflegen und den Körper abzuhärten, unterstützte er auch kleiderreformerisch Forderungen: Auf Hut, Strümpfe und schwere Schuhe gelte es zu verzichten und stattdessen luftige Kleider und Sandalen zu tragen.⁹⁴²

Während sich die meisten lebensreformerischen Programme vor den 1920er Jahren auf diese körperlichen Handlungsanweisungen beschränken, befasste sich Zimmermann in *Lichtwärts* auch ausführlich mit psychischen, religiösen und spirituellen Fragen. Die moderne Gesellschaft bedrohe nicht nur die

938 Ebd., S. 25.

939 Ebd., S. 26.

940 Ebd., S. 25.

941 Ebd., S. 29.

942 Vgl. ebd., S. 29.

körperliche Gesundheit, auch die „Seelennot der Einzelmenschen“ nehme zu.⁹⁴³ Zimmermann führte diese Entwicklung auf den Bedeutungsverlust der institutionalisierten Religionen zurück. Im 19. Jahrhundert hätten die Naturwissenschaften die „maßlose[n] Herrschaftsgelüste“ der christlichen Kirchen eingedämmt, dabei jedoch die gesamte Religiosität infrage gestellt. In Anlehnung an Max Weber und mit den Worten Nietzsches bedauert Zimmermann diese allzu gründliche Entzauberung der Welt: „Um den Götzen ‚Kirche‘ zu zerschlagen, mußten wir unsere Seele – mußten wir Gott opfern.“ Übrig geblieben sei nur noch ein seelenloser „Materialismus“, der mittlerweile selbst zum neuen „Götzen“ aufgestiegen sei.⁹⁴⁴ Gegen diese einseitige Betonung der materiellen, rationalisierten Welt forderte Zimmermann eine neue Spiritualität, ohne jedoch eine klare Richtung vorzugeben: „Bist du eine Forschernatur, so studiere alles: Spiritualismus, Theosophie, Christian Science, ernste Bibelforschung, alle alten und neuen Lehren des Morgen- wie des Abendlandes, alle modernen Geistesströmungen! Überall wirst du Wahrheit und Irrtum finden.“⁹⁴⁵ Die Religion sei die „höchste Stufe menschlicher Entwicklung“, habe jedoch mit „Kirche und Konfession [...] nichts zu tun.“ Sie sei die „persönlichste Sache, die man sich denken kann.“⁹⁴⁶ Wie bei den körperlichen Gesundheitspraktiken verfolgt Zimmermann auch bei der spirituellen Suche einen individualistischen Ansatz. Wie die Optimierung der körperlichen Leistungsfähigkeit sollte auch die spirituelle Weiterentwicklung vom Individuum ausgehen.

Diese innere Befreiung – wie es Zimmermann in zahlreichen anderen Publikationen formulierte – sollte mit einer äusseren, wirtschaftlichen Befreiung ergänzt werden. So sei auch die „wirtschaftliche Not“ eine „Krankheitserscheinung am sozialen Körper“ und „wie jede Erkrankung“, sei diese „auf Mißachtung

943 Ebd., S. 105.

944 Ebd., S. 107; Zimmermann bewegte sich damit im Spannungsfeld einer zeitgenössischen Nietzsche Rezeption und individualanarchistischer Philosophen wie Max Stirner. Siehe zur Nietzsche Rezeption in der Jugendbewegung und Reformpädagogik: Christian Niemeyer, Nietzsche, die Jugend und die Pädagogik. Eine Einführung, Weinheim/München 2002; siehe für einen grundlegenden Einblick in den philosophischen Zeitgeist der Zwischenkriegszeit u. a. auch: Wolfram Eilenberger, Zeit der Zauberer. Das große Jahrzehnt der Philosophie: 1919 – 1929, Stuttgart 2018; Auch die Erziehungswissenschaftlerin Meike Sophia Baader betont die Bedeutung des Nietzscheanismus mit seinen voluntaristischen und vitalistischen Elementen für die Entstehung zahlreicher Konzepte des „neuen Menschen“: Baader, Erziehung als Erlösung, S. 75–79.

945 Zimmermann, Lichtwärts, S. 112.

946 Ebd., S. 105.

der natürlichen, organischen Lebensgesetze zurückzuführen.“ Die Heilung sah Zimmermann in der „Verwirklichung der ausbeutungsfreien Volkswirtschaft“ durch die sogenannte Freiwirtschaft.⁹⁴⁷ Der Einzelmensch sollte durch die freiwirtschaftlichen Geld- und Bodenreformen von allen Zwängen befreit werden, die sich nicht durch lebensreformerische Selbsttechniken abstreifen lassen, sondern strukturell im Gesellschafts- und Wirtschaftssystem begründet liegen. Dieser besondere Aspekt lebensreformerischer Gesellschaftsveränderung, der nicht auf der praktischen Selbstreform gründete, wird im letzten Kapitel dieser Arbeit ausführlich dargestellt.

Ernährung, Sexualität und Einsamkeit: Die *Tao*-Zeitschrift als Ratgeber für Jugendliche und junge Erwachsene

Mit *Lichtwärts* traf Zimmermann in den 1920er Jahren auf grosses Interesse. Seine Ratschläge und Anleitungen waren sehr gefragt. Deshalb führte er diesen Ansatz ab 1924 in seiner Zeitschrift *Tao – Monatsblätter für Verinnerlichung und Selbstgestaltung* (ab 1927: *Tau – Monatsblätter für Verinnerlichung und Selbstgestaltung, für Erkenntnis und Tat*) weiter. Der erste Jahrgang erreichte bereits 2'400 Abonnenten und Abonnentinnen, bis Anfang der 1930er Jahre stieg die Anzahl Leser und Leserinnen auf rund 5'000.⁹⁴⁸ Zimmermann gab die ersten Ausgaben der Zeitschrift im eignen *Tao-Verlag* in Solothurn heraus. Ab 1926 übernahm der deutsche Verleger Rudolf Zitzmann (1898–1990) die Herausgabe der Zeitschrift. Dadurch konnte sie sich im gesamten deutschsprachigen Raum ausbreiten und blieb nicht auf die Schweiz beschränkt. Nachdem die Zeitschrift 1936 in NS-Deutschland verboten wurde, geriet sie in finanzielle Schwierigkeiten. Der Versuch, sie danach wieder in der Schweiz zu drucken, schlug fehl. Erst nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges wurde sie unter dem Titel *Die Gefährten – Monatszeitschrift für Erkenntnis und Tat* (1946–1950) weitergeführt.⁹⁴⁹

Das ungewöhnlich kleinformatige Heft mit dem mattgelben Einband und der minimalistischen Gestaltung der Vorderseite erinnert an die Wandervogelzeitschriften.⁹⁵⁰ Die zurückhaltende Typografie mit den einspaltigen Seiten,

947 Ebd., S. 114.

948 Vgl. Rudolf Zitzmann, *Tao*, in: *Tao*, 1/7, (1924), S. 29; Werner Zimmermann/Rudolf Zitzmann, *Tau-Dämmerung*, in: *Tau*, 7/69-70, (1930), S. 19.

949 Vgl. Werner Onken, Rudolf Zitzmann, in: *Zeitschrift für Sozialökonomie*, 88 (1991), S. 37 f.

950 Vgl. Stefan Rindlisbacher, *Jugendzeitschriften zwischen Wandervogel und Lebensreform (1904–1924)*, in: Aline Maldener (Hg.), *Let's historize it! Jugendmedien im 19. und 20. Jahrhundert*, 2018, S. 53 f.

wenigen Überschriften, kaum Bildern und der reduzierten Schriftauszeichnung sollte nicht nur die Druckkosten senken, sondern auch die Vereinfachung des Lebens zum Ausdruck bringen.⁹⁵¹ Der reduktionistische Reformansatz zeigte sich bis in die Schreibweise hinein: Neben der konsequenten Kleinschrift wurden in den ersten Jahrgängen auch einige Di- und Trigraphe verkürzt („sh“ statt „sch“, „f“ statt „ph“, „t“ statt „th“). Zwischenzeitlich versuchte Zimmermann die Schriftsprache durch weitere Änderungen näher an der Lautsprache auszurichten („f“ statt „v“, „z“ statt „tz“, „v“ statt „w“).⁹⁵² Das verstärkte zwar die kollektive Identität der Leserschaft, die sich mit ihrer schwierig zu lesenden „Geheimschrift“ von anderen Bewegungen und Jugendgruppen abgrenzen konnte, einige Mitglieder sahen jedoch die Breitenwirksamkeit der Zeitschrift wegen der Reformschreibweise bedroht. Deshalb verzichtete Zimmermann ab dem vierten Jahrgang auf die meisten Reformelemente, mit Ausnahme der Kleinschrift.⁹⁵³

Die *Tao*-Zeitschrift zeigte viele Parallelen zu Hermann Poperts *Vortrupp*-Zeitschrift, die ab 1912 verschiedene Reformbestrebungen kombiniert hatte und dafür systematisch den „Lebensreform“-Begriff verwendete. In der Schweiz war *Tao* die erste Zeitschrift, in der „Lebensreform“ als Quellenbegriff regelmässig genutzt wurde, um die Veränderung der individuellen Lebensweisen zur Umgestaltung der Gesellschaft zu beschreiben.⁹⁵⁴ Wie in *Lichtwärts* kombinierte Zimmermann zahlreiche lebensreformerische Gesundheitspraktiken wie Alkohol- und Tabakabstinenz, vegetarische Ernährungsreformen, naturheilkundliche Behandlungsmethoden, Licht- und Luftbaden und andere Anwendungen zur Körperpflege und verknüpfte diese mit psychoanalytischen Selbsttechniken, Sexualaufklärung und Reformpädagogik. Nicht zuletzt gab es zahlreiche Querverbindungen mit jugendbewegten Aktivitäten

951 Vgl. Heinrich Petersen, die einschrift tut not, in: *Tao*, 9/95 (1932), S. 21.

952 Als Vorbild diente Zimmermann dabei die Reformschreibweise des Lebensreformers und Jugendstilmalers Hugo Höppener alias Fidus (1868–1948); siehe dazu: Fidus, Rechtschreibung, in: *Tao*, Jg. 2/17, (1925), S. 29–35. Das *Tao*-Themenheft „Rechtschreibung“ behandelte ausführlich die Ziele dieser Reformschreibweise: *Tao*, 2/15 (1925). Sämtliche Zitate werden im Folgenden unverändert in dieser Reformschreibweise wiedergegeben.

953 Vgl. Rudolf Zitzmann, Unsere hefte, in: *Tao*, 3/31 (1926), S. 30; siehe für eine genauere Analyse der Zeitschrift als Jugendmedium: Rindlisbacher, Jugendzeitschriften zwischen Wandervogel und Lebensreform (1904–1924), S. 37–60.

954 In Zeitschriften wie der *Volksgesundheit* wurde der „Lebensreform“-Begriff zwar schon vor 1920 benutzt, jedoch nur vereinzelt und gar nicht als Beschreibung einer zusammenhängenden Bewegung.



Abbildung 9: Das Erscheinungsbild der Zeitschrift veränderte sich während des gesamten Erscheinungszeitraums nicht.

und Ausdrucksformen wie auch mit der aufkommenden Freiwirtschaftsbewegung. In der über zehnjährigen Laufzeit der Zeitschrift deckte Zimmermann eine enorme Themenvielfalt ab. Das lässt sich ansatzweise anhand der Bezeichnung der einzelnen Themenhefte der drei ersten Jahrgänge illustrieren. Unter anderem gab es Ausgaben über Religion, Liebe, Tanz, Rohkost, Psychoanalyse, Ackerbau, Rechtschreibung, Kleidung, Brot, Erziehung und Astrologie. In *Tao* schritt damit nicht nur die Pädagogisierung der alltäglichen Lebensführung voran, sondern auch zahlreiche Bereiche des gesellschaftlichen Zusammenlebens sollten durch Erziehungsmaßnahmen optimiert werden.

Im Unterschied zu *Lichtwärts*, das nur eine einseitige Anleitung für das bessere Leben zur Verfügung stellte, ermöglichte die *Tao*-Zeitschrift einen direkten Austausch mit den Lesern und Leserinnen. Mithilfe von Leserbriefen konnten sie mit Zimmermann kommunizieren, um Rat bitten oder ihn auch kritisieren. Verschiedenste Probleme des alltäglichen Lebens wurden dabei abgehandelt. Zum einen ging es wiederholt um lebensreformerische

Ernährungs-, Abstinenz-, Körper- und Gesundheitspraktiken. Beispielsweise fragte ein Leser, warum es Menschen gebe, die trotz einer falschen Ernährung „vorzüglich gedeihen, leistungsfähig und kerngesund sind“.⁹⁵⁵ Jemand anderes fragte, ob der Mensch „nur die Nahrung essen sollte, die seine Heimat ihm bietet.“⁹⁵⁶ Häufig gab es Anfragen, ob man die Ernährungsweise schlagartig umstellen könne oder diese schrittweise anpassen müsse. Eine Mutter wollte wissen, ob sie ihr Kind vegetarisch ernähren könne. Andere verlangten Rezepte und genaue Ernährungsrichtlinien. Ein Leser fragte Zimmermann, warum er sich vor „tierleichen“ ekle, aber nicht vor „pflanzenleichen“.⁹⁵⁷

Ein grosser Themenbereich umfasste Fragen zur Sexualität und Partnerschaft, Verhütung, Geschlechtskrankheiten und Schwangerschaften.⁹⁵⁸ Gerade Jugendliche und junge Erwachsene hatten im frühen 20. Jahrhundert kaum Möglichkeiten, sich über Sexualität zu informieren.⁹⁵⁹ Erst Zeitschriften wie *Tao* boten die Gelegenheit, Fragen zu diesen tabuisierten Themen zu stellen. In Deutschland hatte sich die Zeitschrift *Der Anfang – Zeitschrift der Jugend* bereits um 1913 mit Fragen der Sexualität von Jugendlichen auseinandergesetzt und damit grosse Aufmerksamkeit erregt.⁹⁶⁰ In den 1920er und 1930er Jahren bewegte sich auch Werner Zimmermann im Umkreis dieser jugendbewegten Sexualaufklärung.⁹⁶¹ Dazu veröffentlichte er zahlreiche Schriften, in denen er

955 O. A., Aussprache, in: *Tao*, 1/6 (1924), S. 55.

956 O. A., Aussprache, in: *Tao*, 2/11 (1925), S. 27.

957 Vgl. 9. A., Aussprache, in: *Tao*, 1/4 (1924), S. 26 ff, zitiert S. 27.

958 Siehe dazu u. a. das *Tao*-Themenheft „Liebe“: *Tao*, 1/3 (1924).

959 Siehe zur Sexualaufklärung in der Schweiz im frühen 20. Jahrhundert: Brigitte Ruckstuhl/Elisabeth Ryter, *Zwischen Verbot, Befreiung und Optimierung. Sexualität und Reproduktion in der Schweiz seit 1750*, Luzern 2018, S. 115–128.

960 Die beiden Herausgeber Georg Gretor (1892–1943) und Siegfried Bernfeld (1892–1953) hatten unter dem gleichen Titel bereits während ihrer Schulzeit in der *Freien Schulgemeinde Wickersdorf* eine Zeitschrift herausgegeben. Starken Einfluss auf die beiden übte Gustav Wyneken aus. Siehe dazu: John Alexander Williams, *Ecstasies of the Young. Sexuality, the Youth Movement, and Moral Panic in Germany on the Eve of the First World War*, in: *Central European History*, 34/2 (2001), S. 169–172.

961 Siehe zur Bedeutung der Sexualität und Sexualreform in der Jugendbewegung: Karl Braun, *Jugendbewegung, Sexualaufklärung, Sozialhygiene. Das Beispiel Max Hodann (1894–1946)*, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019, S. 33–60. Zimmermann regte Mitte der 1920er Jahre einen Austausch

sich für eine offene, enttabuisierte Sexualität einsetzte. Beispielsweise schrieb Zimmermann 1923 in *Liebe von ihrem dreifachen Sinn*: „Es gibt nichts, gar nichts Sündhaftes, außer in unserer Auffassung! Auch unsere wildesten Begierden tragen einen reinen Kern in sich!“ Wegen der „herrschenden Moralbegriffen und starren Dogmen“ würden die Menschen „unschuldige Regungen“ unterdrücken und sich dadurch selbst Schaden zufügen. Gegen diese „Verlogenheit“ propagierte Zimmermann sowohl aussereheliche Sexualität als auch Masturbation – zwei Sexualpraktiken, die bis weit ins 20. Jahrhundert geächtet und sanktioniert waren.⁹⁶² Um bei Sexualkontakten unter Jugendlichen eine Schwangerschaft zu vermeiden, empfahl der Schweizer Lebensreformer die sogenannte Karezza-Technik, die massgeblich durch die amerikanische Gynäkologin Alice Bunker Stockham (1833–1912) entwickelt wurde. In Anlehnung an tantrische Sexualpraktiken sollte der Mann nicht den Samenerguss als sexuellen Höhepunkt anstreben, sondern sein körperliches Verlangen zur emotionalen und spirituellen Vertiefung mit der Partnerin nutzen.⁹⁶³ Diese und andere, unkonventionelle Sexualpraktiken und sozial abweichende Moralvorstellungen wurden in der *Tao*-Zeitschrift ausführlich beschrieben und verhandelt.

Ebenso häufig wurden in der Leserbriefsektion der Zeitschrift Fragen über Stress in der Schule, Überforderung am Arbeitsplatz oder psychische Probleme wie Depressionen, Ängste und Einsamkeit behandelt. So schrieb beispielsweise ein Leser in einer der ersten Ausgaben:

Unter menshen gleiche ich einem eiszapfen, den man gerne meidet. [...] Sobald ich mit fremden menshen zusammen komme, krampft sich in mir etwas zusammen, wie angst, ausgelacht zu werden, meine rede wird stockend, mein ganzes benehmen

mit Max Hodann an. Siehe dazu den Briefwechsel in *Tau*: Werner Zimmermann, Verinnerlichung und Selbstgestaltung, in: *Tau*, 4/41 (1927), S. 1–18.

962 Werner Zimmermann, *Liebe, von ihrem dreifachen Sinn*, Erfurt 1923, S. 8 f.

963 Zimmermann übersetzte Stockhams Buch 1924 und veröffentlichte in den darauffolgenden Jahren weitere Bücher zum Thema. Siehe dazu u. a.: Werner Zimmermann, *Ethik der Ehe. Karezza*, Jena/Bern 1924; Werner Zimmermann, *Karezza-Praxis. Liebe als Austausch magnetischer Kräfte*, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1930; siehe zur Geschichte esoterischer Sexualpraktiken auch: Hugh B. Urban, *Magia sexualis. Sex, magic, and liberation in modern Western esotericism*, Berkeley 2006. Siehe zur Verknüpfung von Sexualität mit indischen Religionsvorstellungen und Körperpraktiken auch: Elija Horn, *Sexuelle Befreiung aus Indien. Jugendkulturelle Verknüpfung von „östlicher Spiritualität“ und Sexualität um 1918 und um 1980*, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019, S. 195–211.

gezwungen, sodaß ich fon menshen gemieden werde. [...] Die krampfhafte sheu, die angst, der falshe stolz, sie machen mich immer fliehen. – Kannst du mir helfen?⁹⁶⁴

Ähnlich äussert sich eine junge Frau, die Zimmermann von ihrer Einsamkeit berichtet:

Ich bin seit einiger zeit in einer eigenartigen stimmung, die aus einem gefühl von einsamkeit herrührt. Trotz meines äußerlichen wohlgerhens bin ich nicht glücklich; es fehlt mir ein mensh, dem ich mein leben, meine arbeit, meine liebe shenken kann. Mein wunsh, einem menshen so ganz glücklich zu machen, ihm mein sein, mein inneres zu shenken wird immer größer.⁹⁶⁵

Zimmermann griff auf psychoanalytische Gesprächstherapien zurück, um den Leserbriefschreibern und -schreiberinnen zu helfen. Ähnlich wie bei der Beichte sollten seine Anhänger mit „[g]renzenlose[r] ehrlichkeit“ ihre Wünsche, Ängste und Träume in sogenannten Aussprachen offenlegen, um dadurch „seelische[...] hemmungen und ferknotungen“ zu lösen.⁹⁶⁶ Vor allem im Bereich der Sexualität gebe es oft Blockaden, weil „das ganze geschlechtsleben ängstlich geheim gehalten“ werde und „mit dem makel der sündhaftigkeit behaftet“ sei.⁹⁶⁷ Neben den lebensreformerischen Gesundheitspraktiken diene diese psychoanalytische Seelenarbeit der „ganzheitlichen“ Behandlung des Menschen. So betont Zimmermann, dass die einseitige Arbeit am Körper nicht ausreiche, um wirklich gesund zu leben: „Fiele treiben lebensreform, essen kein fleish, rauchen nicht oder mühen sich ab in übungen, die sie religiöse heißen und kommen doch nicht zu frieden und strahlender kraft und gesundheit. Sie alle müssen erst den weg der BEICHTE gehen, der beichte, die aber alle tiefe umfaßt.“⁹⁶⁸

Spiritualität als Selbsttechnik: Westliche Asienrezeption und neureligiöse Bewegungen

Neben den psychoanalytischen Selbsttechniken diene auch die Beschäftigung mit Glaubens- und Spiritualitätsfragen der mentalen Arbeit am eigenen Selbst. Wie bereits der Titel der Zeitschrift andeutete, ging es in den ersten Jahrgängen von *Tao* vor allem um asiatische Religions- und Philosophiesysteme. Wie der Historiker Ulrich Linse schreibt, erkannten viele Jugendbewegte und Lebensreformerinnen in den östlichen Glaubenssystemen eine friedlichere, lebendigere

964 O. A., Innere hemmungen, in: *Tao*, 2/9, (1925), S. 23.

965 O. A., Einsamkeit, in: *Tao*, 1/3, (1924), S. 22.

966 Werner Zimmermann, Psychoanalyse, in: *Tao*, 2/9 (1925), S. 13.

967 Ebd., S. 17.

968 Ebd., S. 18.

und spirituell reichhaltigere Alternative zum vermeintlich materialistischen, allzu rationalisierten und sinnentleerten Leben in den westlichen Gesellschaften.⁹⁶⁹ So eröffnete Zimmermann die erste Ausgabe seiner Zeitschrift mit einer Übersetzung der Taoismus-Rezeption des niederländischen Schriftstellers Henri Borel (1869–1933).⁹⁷⁰ Diese reihte sich in eine Vielzahl von Übersetzungen philosophischer und religiöser Texte aus Asien ein, die in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts in jugendbewegten und lebensreformerischen Kreisen eine enorme Popularität erreichten. Den grössten Einfluss übte der Philosoph Martin Buber (1878–1965) mit seiner 1910 veröffentlichten Schrift *Reden und Gleichnisse des Tschuang Tse* auf die jugendlichen Sinnsucher aus. In den 1920er Jahren stieg im Zuge der Europareisen des indischen Schriftstellers und Nobelpreisträgers Rabindranath Tagore (1861–1941) und der zunehmenden Bekanntheit Mahatma Gandhis (1869–1948) insbesondere das Interesse am Hinduismus und Buddhismus. Nicht zuletzt prägte auch Hermann Hesse mit seinen literarischen Werken die Sehnsucht nach einer neuen Religiosität aus dem Osten.⁹⁷¹

Neben dieser Asienrezeption versammelte die *Tao*-Zeitschrift auch zahlreiche neureligiöse Ansätze wie Theosophie, Anthroposophie, Mazdaznan und Monismus, neuheidnische und völkische Religionen sowie esoterische Praktiken wie Horoskope, Kartenlegen und Hellsehen.⁹⁷² Diese synkretistische Verschmelzung

969 Vgl. Ulrich Linse, *Asien als Alternative? Die Alternativkulturen der Weimarer Zeit. Reform des Lebens durch Rückwendung zu asiatischer Religiosität*, in: Hans Kippenberg/Brigitte Luchesi (Hg.), *Religionswissenschaft und Kulturkritik*, Marburg 1991, S. 337–364; siehe dazu auch: Toshiko Ito, *Reformpädagogik aus dem Osten? Körperauffassung und Körpererziehung*, in: *Paedagogica Historica*, 42/1-2 (2006), S. 93–107.

970 Henri Borel, *Tao*, in: *Tao*, 1/1 (1924), S. 7–21. Zimmermann veröffentlichte die komplette Übersetzung auch als Buch: Henri Borel, *Wu-Wei. Eine Auslegung der Lehre Laotses*, Solothurn 1924.

971 Vgl. Linse, *Asien als Alternative?* S. 325–337. Siehe für eine ausführliche Darstellung der Asienrezeption in der Reformpädagogik und Jugendbewegung: Elija Horn, *Indien als Erzieher. Orientalismus in der deutschen Reformpädagogik und Jugendbewegung 1918–1933*, Bad Heilbrunn 2018.

972 Diese Mischung aus verschiedensten religiösen Anschauungen und Praktiken gab es auch in anderen lebensreformerischen Kreisen. Siehe dazu u. a.: Ulrich Linse, *Lebensreform und Reformreligionen*, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), *Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900*, Darmstadt 2001, S. 193–197; Justus H. Ulbricht, *Religiosität und Spiritualität*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 495–498.

verschiedenster Glaubenssysteme und religiöser Praktiken lässt sich mit Bezug auf den Historiker Thomas Nipperdey als „vagierende Religiosität“ bezeichnen.⁹⁷³ Dabei handelte es sich nicht um Quasi- oder Ersatzreligionen, vielmehr wandelte sich in modernen Gesellschaften die Funktionsweise des Religiösen. Um 1900 wurden die Menschen nicht mehr zwangsläufig in Religionsgemeinschaften hineingeboren, denen sie ein Leben lang angehörten, sondern wählten diese selbst aus und wechselten gelegentlich auch ihre Zugehörigkeit. Wie der Soziologe Thomas Luhmann mit seinem Konzept der „unsichtbaren Religion“ hervorhebt, führte diese Abschwächung religiöser Bindungen nicht zu einem Bedeutungsverlust der Religion, sondern hatte die Privatisierung und Individualisierung des Religiösen zur Folge. Der Einzelmensch rückte zunehmend sein eigenes Ich ins Zentrum religiöser Erfahrungen und sakralisierte profane Aspekte des Alltags.⁹⁷⁴

Mit der Abschwächung religiöser Bindungen und der Individualisierung der Religion war nicht nur ein Zugewinn individueller Freiheit verbunden, sondern auch ein Zwang, aus einer Fülle von religiösen Anschauungen auszuwählen. Zeitschriften wie *Tao* versuchten einerseits Orientierung in dieser verwirrenden Vielfalt an Glaubenssysteme zu geben, indem sie religiöses Spezialwissen leicht verständlich aufbereiteten, sie beschleunigten jedoch mit ihren marktförmigen, leicht zu konsumierenden Spiritualitätsangeboten auch die Individualisierung und Privatisierung der Religionen. Die Leser und Leserinnen konnten sich mithilfe der Zeitschrift die passenden, religiösen Versatzstücke für ihre eigene, individualisierte Glaubenswelt zusammenstellen. Wie die Erziehungswissenschaftlerin Meike Sophia Baader betont, erhielten dabei zunehmend auch Körperpraktiken, Ernährungsweisen und Gesundheitsbehandlungen, wie sie in lebensreformerischen Kreisen verbreitet waren, eine spirituelle Deutung und der Körper gewann als Ort der religiösen Praxis an Gewicht. Auf diese Weise hätten immer mehr Menschen im 20. Jahrhundert das Göttliche in sich selbst gesucht und den Weg zur Erlösung durch Selbsterziehung und Selbstverwirklichung angestrebt.⁹⁷⁵

Vor diesem Hintergrund lässt sich auch erklären, warum lebensreformerische Akteure wie Werner Zimmermann eine Vorliebe für spirituelle Körperpraktiken aus Asien entwickelten. Bei Yoga, Tantra, Meditation, Atemübungen oder Entspannungstechniken wird Transzendenz durch Körperkontrolle und Selbstdisziplin

973 Siehe zum Konzept der „vagierenden Religiosität“: Thomas Nipperdey, *Religion im Umbruch. Deutschland 1870–1918*, München 1988.

974 Vgl. Baader, *Erziehung als Erlösung*, S. 27–43.

975 Meike Sophia Baader beschreibt diese neue, individualisierte Religiosität am Beispiel der Reformpädagogin Ellen Key: Baader, *Erziehung als Erlösung*, S. 148–166.

angestrebt. Sie verbinden spirituelle Heilserwartungen mit der Optimierung des eigenen Körpers und bedienten damit „ganzheitliche“ Selbsterziehungsideale und Selbstverwirklichungstechniken.⁹⁷⁶ Der Historiker Pascal Eitler beschreibt diese Hinwendung zu körperbezogener Religiosität als „Somatisierung der Religion“.⁹⁷⁷ Exemplarisch lässt sich dieser Vorgang an Zimmermanns Atemgymnastik zeigen. Der Schweizer Lebensreformer betonte 1939 in *Kräfte des Atems*, dass die Atmung „ein Schlüssel zur Gesundung und Ertüchtigung“ sei. Jedes Lebewesen sei „eine Drei-Einheit von Geist, Seele und Körper“. Diese Dreiteilung zeige sich in der „Hoch-, Flanken- und Bauchatmung.“ Dabei befinde sich „das Geistige [...] oben, das stofflich-körperliche unten, das Seelische in der Mitte.“⁹⁷⁸ Spiele die Atmung nicht harmonisch zusammen, gerate der Mensch aus dem Gleichgewicht. Um wieder gesund zu werden, empfahl Zimmermann verschiedene Atemübungen wie den „Bauchatem“, „Flankenatem“, „Kreuz- und Rückenatem“ oder „Vollatem“. Helfen sollte auch der „Schnupper- und Lach-Atem“ und der „Pump-Atem“.⁹⁷⁹ Besonders empfiehlt Zimmermann auch den „Yoga-Atem“ von Yogi Ramacharaka, der mit seinen Übungen „die abendländische Wissenschaft“ mit dem „innere[n] Schauen und Erleben der gottverbundenen Seele“ gekrönt habe.⁹⁸⁰

Der Name Ramacharaka bezieht sich nicht, wie man vermuten könnte, auf einen indischen Yogi, sondern auf den amerikanischen Kaufmann William Walker Atkinson (1862–1932), dessen umfangreiches literarisches Werk die Übersetzung und Popularisierung östlicher Körperpraktiken und Glaubenssysteme in Europa und Nordamerika nachhaltig prägte. Atkinson verband das indische Hatha-Yoga mit der amerikanischen New-Thought-Bewegung (dt. Neugeist-Bewegung), die ähnlich wie die Lebensreformbewegung für eine gesündere Lebensweise eintrat. Die Atem-, Meditations- und Entspannungsübungen sollten nicht nur den Körper stärken, sondern auch zum geistigen Wachstum beitragen. Erst durch diese Innovation gewann das moderne Yoga

976 Siehe zur Asienrezeption und Adaptation asiatischer Körperpraktiken: Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 129–189.

977 Vgl. Pascal Eitler, Körper – Kosmos – Kybernetik. Transformationen der Religion im „New Age“ (Westdeutschland 1970–1990), in: Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History, 4/1-2 (2007), S. 116–135, zitiert S. 127; siehe dazu auch: Pascal Eitler/Monique Scheer, Emotionengeschichte als Körpergeschichte. Eine heuristische Perspektive auf religiöse Konversionen im 19. und 20. Jahrhundert, in: Geschichte und Gesellschaft 35/2 (2009), S. 282–313.

978 Werner Zimmermann, *Kräfte des Atems*, Buckow 1939, S. 9.

979 Ebd., S. 13–19.

980 Ebd., S. 21.

seine Bedeutung als spirituelle, gesundheitsfördernde Körperpraxis. Die westliche Aneignung und Neuformulierung der Yogalehren beeinflusste später auch die zeitgenössische Yogapraxis in Indien.⁹⁸¹

Atkinson war nicht nur Anhänger der New-Thought-Bewegung, sondern war auch Mitglieder der theosophischen Bewegung, die eine wichtige Rolle bei der westlichen Aneignung asiatischer Glaubenssysteme und Körperpraktiken spielte. Die Deutschrussin Helena Petrovna Blavatsky (1831–1891) hatte 1875 zusammen mit dem Juristen Henry Steel Olcott (1832–1907) in New York die *Theosophische Gesellschaft* gegründet, die sich mit der vergleichenden Erforschung religiöser Texte – insbesondere aus dem Buddhismus und Hinduismus – beschäftigte. Mithilfe dieser Schriften versuchten die Theosophen eine universelle, alle Religionen umfassende Heilslehre zu erschaffen und spiritistische Phänomene wie Geister- und Totenbeschwörungen wissenschaftlich zu erklären. Im 1888 veröffentlichten Buch *The Secret Doctrine* beschrieb Blavatsky eine durch Reinkarnation und Karma angetriebene, kosmische Hierarchie menschlicher „Wurzeln“. Trotz des eigenen Anspruchs, eine Religion für alle Menschen unabhängig ihrer Hautfarbe zu sein, galt dabei die „arische Rasse“ als überlegen. Die „Arier“ befänden sich bereits auf einer höheren geistigen und spirituellen Entwicklungsstufe als andere „Rassen“. Gerade an diesen Konzepten wird deutlich, dass sich die Theosophinnen und Theosophen immer aus einer eurozentrischen, kolonialistischen Perspektive mit den asiatischen Religionen und Philosophien beschäftigten.⁹⁸²

Die theosophische Heilslehre propagierte ähnlich wie die Lebensreform eine individuelle Selbstverbesserung durch Arbeit am eigenen Geist und Körper. Neben dem intensiven Studium esoterischer Texte gehörten dazu auch lebensreformerische Ernährungsregeln wie Fleischverzicht, Alkohol- und Tabakabstinenz, verschiedene Körperübungen wie Gymnastik und Yoga sowie naturheilkundliche Behandlungsmethoden. Im Unterschied zu den Lebensreformern sahen die Theosophinnen in diesen Praktiken aber nicht nur eine Möglichkeit zur Pflege des materiellen, diesseitigen Körpers, sondern auch eines übersinnlich gedeuteten Astralkörpers, der mit einer göttlichen Transzendenz verbunden sei. Wie Bernadett Bigalke in ihrer

981 Vgl. Karl Baier, *Meditation und Moderne. Zur Genese eines Kernbereichs moderner Spiritualität in der Wechselwirkung zwischen Westeuropa, Nordamerika und Asien*, Würzburg 2009, S. 488–498.

982 Vgl. Helmut Zander, Rudolf Steiner. *Die Biografie*, München/Zürich 2011, S. 123–142; Bigalke, *Lebensreform und Esoterik um 1900*, S. 145–155.

historisch-religionswissenschaftlichen Studie über die „alternativ-religiöse Szene“ in Leipzig um 1900 zeigt, gab es infolge dieser geteilten Praktiken viele personelle Kontakte und institutionelle Überschneidungen zwischen den beiden Bewegungen. Beispielsweise besuchten die Theosophen vegetarische Gasthäuser, hielten dort Versammlungen und Vorträge ab und legten ihre Zeitschriften aus. Gleichzeitig berichteten lebensreformerische Zeitschriften wie die *Vegetarische Warte* regelmässig über theosophische Veranstaltungen und Publikationen.⁹⁸³

Um der Theosophie eine „abendländische“ Prägung zu verleihen, rückte der österreichische Schriftsteller Rudolf Steiner (1861–1925) nach 1900 das Christentum in den Fokus der theosophischen Heilslehre. Nach anhaltenden Konflikten um diese Neuausrichtung spaltete sich Steiner 1912/1913 mit einem Grossteil der deutschsprachigen Mitglieder von der *Theosophischen Gesellschaft* ab und gründete die *Anthroposophische Gesellschaft*. Trotz einiger Unterschiede übernahmen die Anthroposophen viele Aspekte der Theosophie. Dazu gehörten auch lebensreformerische Praktiken wie die vegetarische Diät, Naturheilverfahren und Körperübungen. Steiner entwickelte jedoch für alle diese Bereiche eigene, mit dem anthroposophischen Glaubenssystem verbundene Anwendungsmöglichkeiten. So konstruierte er aus homöopathischen und naturheilkundlichen Konzepten eine eigene, anthroposophische Medizin, die auch übersinnliche Aspekte wie den sogenannten Ätherleib und Reinkarnationserfahrungen in die Therapie miteinbezog. Nach diesem Muster entwickelte er auch den Ausdruckstanz zur Eurythmie weiter, adaptierte reformpädagogische Aspekte für seine Waldorfpädagogik und definierte tierische Nahrungsmittel als Hemmnisse für die seelische Entwicklung.⁹⁸⁴

Werner Zimmermann gelangte nicht nur durch diese Übersetzungen an das Wissen über asiatische Religionen und Körperpraktiken. Bereits in der Zwischenkriegszeit bereiste er auch selbst mehrere asiatische Länder. Im Februar 1929 brach er zu einer Weltreise über Mittel- und Nordamerika auf. Über Hawaii gelangte er 1930 nach Japan. Dort lernte Zimmermann den Reformpädagogen Kuniyoshi Obara (1887–1977) kennen, der 1928 sämtliche Schriften Heinrich Pestalozzis ins Japanische übersetzt hatte und damit den Schweizer

983 Vgl. Bigalke, *Lebensreform und Esoterik um 1900*, S. 247–293.

984 Vgl. Helmut Zander, *Anthroposophie in Deutschland. Theosophische Weltanschauung und gesellschaftliche Praxis 1884–1945*, Bd. 1, Göttingen 2008, S. 376–379; siehe zu den einzelnen Aspekten wie Eurythmie, Waldorfschule oder Anthroposophische Medizin auch die entsprechenden Kapitel in: Zander, Rudolf Steiner.

Pädagogen in Japan bekannt gemacht hatte. Westlich von Tokio gründete er 1929 die Mehrgenerationenschule *Tamagawa Gakuen*, die Ausbildungsangebote vom Kindergarten bis zum Universitätsstudium anbot. Zimmermann bezeichnete die Schule jedoch als Landerziehungsheim, weil die Schüler wie bei Hermann Lietz und Gustav Wyneken in kleinen Familienstrukturen mit ihren Lehrern zusammenlebten, die geistige Bildung mit körperlicher Arbeit und sportlicher Betätigung kombiniert wurde und der Unterricht häufig in der Natur stattfand. Während seines Japanaufenthalts erhielt Zimmermann die Möglichkeit, für einige Wochen in Obaras Schule als Lehrer zu arbeiten. Das japanische Landerziehungsheim förderte regelmässig diesen Austausch mit reformpädagogisch orientierten Lehrpersonen aus Europa und Nordamerika. Nach Zimmermanns Rückkehr kam Obara auf einer Vortragsreise nach Deutschland und in die Schweiz, wo seine reformpädagogischen Konzepte begeistert rezipiert wurden. Der kulturelle Transferprozess war damit mehrfach rückgekoppelt, wodurch die westlichen und östlichen Erziehungskonzepte zu einem kaum noch zu trennenden Amalgam verschmolzen.⁹⁸⁵

Zimmermann veröffentlichte diese Berichte aus Japan und anderen Stationen seiner Weltreise in der *Tao*-Zeitschrift und inszenierte seine Erfahrungen mit asiatischen Kulturen in der reich bebilderten Reisereportage *Weltheimat* (1937) als spirituelle Sinnsuche. Darin verurteilte er wie schon in *Lichtwärts* die vermeintliche Entzauberung der westlichen Welt: „Wir haben im Abendland unsere Seele verloren. Wir haben einseitig den Verstand, die Technik entwickelt: das Äußere und die Äußerlichkeiten. Die Innerlichkeiten dagegen haben wir verkümmern lassen.“⁹⁸⁶ Um diese religiöse Krise zu überwinden, habe er – Werner Zimmermann – seinen „Europäerhochmut“ abgelegt und bei den „natur- und gottverbundenen Völkern und Menschen“ in Asien nach der „wundersame[n] Blume“ gesucht, „die unsere Seele im Abendland wieder gesund machen kann.“⁹⁸⁷

985 Vgl. Werner Zimmermann, Obara, in: *Tau*, 8/90 (1931), S. 1–19. Werner Zimmermann, *Weltheimat*, Lauf bei Nürnberg 1937, S. 115–132; siehe zu Zimmermanns Asienreise auch: Ulrich Linse, „Der alte Shinto-Geist“ und die „Lebensreform“. Der Deutsch-Schweizer Werner Zimmermann (1893–1982) und seine drei Japan-Reiseberichte über das „geistige Nippon“, in: Inken Prohl, Hartmut Zinser (Hg.), *Zen, Reiki, Karate. Japanische Religiosität in Europa*, Hamburg 2002, S. 211–247; Toshiko Ito, *Transzendenz und Orientalismus in der Reformpädagogik. Eine Fallstudie zur Kooperation zwischen Werner Zimmermann und Kuniyoshi Obara*, in: *Bildungsgeschichte*, 2/1 (2012), 36–50.

986 Werner Zimmermann, *Weltheimat*, Lauf bei Nürnberg 1937, S. 96.

987 Ebd., S. 97 u. 99; siehe zu den globalisierungskritischen Ansätzen der Lebensreform: Catherine Repussard (Hg.), *De la Lebensreform à l'altermondialisme*.

Typisch für die jugendbewegte und lebensreformerische Asienrezeption verklärte Zimmermann den Osten als Refugium einer lebendigen Religiosität und vormodernen Naturverbundenheit.⁹⁸⁸

Nach seinem Aufenthalt in Japan reiste Zimmermann auf seinem spirituellen Selbstfindungstrip weiter nach China, Java und Bali. In Indien besuchte er Tagores *Visva-Bharati University* in Santiniketan und den *Sabarmati-Aschram*, der für Gandhi ein wichtiger Rückzugsort war. In seinem Reisebericht versuchte Zimmermann Gandhi als vorbildlichen Lebensreformer darzustellen:

An einem derart sachlichen Menschen ist alles, was er tut, bedeutungsvoll, von Wahrheit und Geist durchdrungen. Der Führer Indiens lebt von ungekochten Früchten, Salaten, geriebenen Wurzeln, etwas Nüssen und roher Ziegenmilch. Sogar Reis, Brot, Körnerfrüchte meidet er, er isst also strengste Rohkost! Voller Lebensstoffe und Nährsalze!⁹⁸⁹

Nach seiner Rückkehr in die Schweiz im Januar 1931 versuchte Zimmermann die in Indien geknüpften Kontakte zu nutzen, um Gandhi für eine Vortragsreise durch Deutschland und die Schweiz zu gewinnen. Dazu reiste er mehrmals nach London, um mit Gandhis Sekretär Mahadev Desai (1892–1942) die Bedingungen abzuklären. Zwar scheiterte das Vorhaben, jedoch konnte der Schweizer Lebensreformer zumindest eine halbstündige Unterredung mit Gandhi arrangieren.⁹⁹⁰

Eine Gemeinschaft aus Individuen: Die neue Jugendbewegung im Zeichen der Lebensreform

Wie Hermann Popert und Hans Paasche mit dem *Deutschen Vortrupp-Bund* vor dem Ersten Weltkrieg, versuchte Werner Zimmermann in den frühen 1920er Jahren die Jugendbewegung für Vegetarismus, Ernährungsreform, Körperkultur und andere Reformbestrebungen zu gewinnen. Dazu forderte er die Bundesleitung des *Schweizer Wandervogels* in einem Brief dazu auf, eine lebensreformerische Richtung einzuschlagen. Nur dadurch könnten die Wandervögel ihre „tostlose Zielfremdheit“ überwinden.⁹⁹¹ Ansonsten werde diese

Métamorphoses de l'alternativité? (= Lebensreform - Antiglobalisierung: Metamorphose der Alternativbewegungen?), Strasbourg 2016.

988 Die kolonialen Deutungsmuster lebensreformerischer Akteure werden im Kapitel 6.4 analysiert.

989 Werner Zimmermann, *Weltheimat, Lauf bei Nürnberg 1937*, S. 259 f.

990 Vgl. Linse, *Asien als Alternative?* S. 359–362.

991 Werner Zimmermann/Fritz Schwarz, *Wo steht der Schweizer Wandervogel?* In: *Die Schulreform*, 15/11 (1922), S. 316.

„Jugendbewegung‘, die weder ‚Jugend‘ noch ‚Bewegung‘ mehr“ sei, „eines häßlichen Todes des Zerfalls“ sterben.⁹⁹² Seinen Annäherungsversuch druckte er 1922 in der *Schulreform* ab. In der gleichen Ausgabe erschien auch ein Brief von Fritz Schwarz, der sich Zimmermanns Forderung anschloss und in dessen Abgesang auf den *Schweizer Wandervogel* einstimmt: Früher habe es im *Blättli* der Wandervögel noch lebendige Auseinandersetzungen gegeben, heute enthalte es nur noch blutleere „Schüleraufsätze“. Ohne die „Gelegenheit zu frischfrohem Gedankenaustausch“ werde die Jugendbewegung jedoch „jämmerlich“ zugrunde gehen. Die „tatfrohesten Leute“ würden es dann vorziehen, sich in anderen Bewegungen zu engagieren.⁹⁹³ Die Schweizer Wandervögel zeigten sich jedoch gänzlich unbeeindruckt von dieser Intervention und lehnten wie schon vor dem Ersten Weltkrieg die Neuausrichtung auf lebensreformerische Ziele ab.

Von diesem Rückschlag liess sich Zimmermann jedoch nicht in seinen Ambitionen bremsen. Anstatt den *Schweizer Wandervogel* für die Lebensreform zu gewinnen, begann er eine eigene, lebensreformerische Jugendbewegung aufzubauen. Diese sollte aus den Reihen der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* hervorgehen, jedoch nicht nur Lehrpersonen ansprechen, sondern alle „seelenverwandten Freiheitssucher[...] in freiestem Bundesverhältnis“ versammeln. So rief Zimmermann 1922 in der *Schulreform* auf: „Wer fühlt sich mit uns Lebensreformern (im weitesten Sinne) im Grunde seines Herzens eins und möchte sich mit uns vereinen zu einer neuen, ewig alten Jugendbewegung?“⁹⁹⁴

Diese neue, lebensreformerisch orientierte Jugendbewegung sollte auf jegliche Organisationsstrukturen, Vereinsstatuten und Mitgliedschaft verzichten. So betonte Zimmermann in der *Schulreform*: „Dann sollen alle sich uns anschließen können, rein um ihretwillen, so locker oder so eng als ihnen wohl ist und nur so lange sie Freude und Förderung erfahren.“⁹⁹⁵ Dem individualistischen Ansatz aus seinem *Lichtwärts*-Buch folgend, wünschte sich Zimmermann einen „zusammenschluss[...] ohne die geringste bindung und verpflichtung“.⁹⁹⁶ Darum lehnte er die formale Gründung eines „Tao-Bund[es]“, einer „Zimmermann-Jugend“ oder die Beteiligung an einem „Bund für Lebensreform“ ab.⁹⁹⁷ Die *Tao*-Zeitschrift sollte die einzige Klammer dieser „gemeinschaft

992 Ebd., S. 318.

993 Ebd., S. 314.

994 Werner Zimmermann, Jugendbewegung, in: *Die Schulreform*, 15/11 (1922), S. 320.

995 Ebd., S. 320.

996 Werner Zimmermann, Organisation, in: *Tao*, 1/5 (1924), S. 21.

997 Ebd., S. 20.

gegenseitigen gebens und nehmens und vereinten wachsens“ sein.⁹⁹⁸ Wer sich mit den lebensreformerischen Gesundheitspraktiken, psychoanalytischen Methoden und neureligiösen Glaubenssystemen verbunden fühlte, war Teil dieser individualisierten, posttraditionalen Gruppierung. Das Zusammengehörigkeitsgefühl sollte allein durch den geteilten Lebensstil erzeugt werden. Mit seinen Publikationen, Vorträgen und Zusammenkünften nahm Zimmermann die Position eines *Cultural Entrepreneurs* ein, der die Bewegung zusammenhält und mit anderen Akteuren vernetzt.

Eine wichtige Funktion, um das Zusammengehörigkeitsgefühl in dieser Gemeinschaft aus Individuen zu stärken, waren die Ferienlager, die Zimmermann nach dem Vorbild der Ferienkurse der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* organisierte. Eine erste Veranstaltung dieser Art führte der Schweizer Lebensreformer im Sommer 1924 auf der Farneralp im Kanton St. Gallen durch. Mit ironischem Augenzwinkern berichtete ein Teilnehmer in der *Tao*-Zeitschrift, dass sich dort eine „horde wilder menschen ohne shuhe, strümpfe, stehkragen, halsbinden, löffeln und gabeln“ getroffen habe, um sich von „gänzlich rohen speisen“ zu ernähren und Kleider aus „sonnenlicht“ zu tragen. In der Einfachheit der „freien gottesnatur“ bei viel „licht, luft, sonne, gesang, tanz, spiel, gedankenaustausch“ hätten sich die Teilnehmenden von „tausend fesseln, verkrampfungen und einengungen des sogenannten kulturlebens“ befreit. Trotz „regen, kälte und kuhdreck“ sei das Ferienlager eine „liebliche oase“ in einer Welt voller „unnatur, verlogenheit, gemeinheit und [...] selbstsucht“ gewesen. Die Teilnehmenden sollten diese Ferienwoche mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken und erzieherischen Vorträgen zur „selbstverwirklichung“ nutzen.⁹⁹⁹

Nach dem gleichen Muster veranstaltete Zimmermann in den 1920er und 1930er Jahren zahlreiche weitere Ferienlager. Dort gab es jeweils verschiedenste Vorträge und Kurse über Reformpädagogik, Psychologie, Religion, Freiwirtschaft und andere Themen. Die Teilnehmenden erhielten in der Regel eine vegetarische Verpflegung und übten sich in zahlreichen Körperpraktiken wie Gymnastik, Wanderungen und Sonnenbaden. Jugendbewegte Ausdrucksformen wie Volksmusik, Volkstänze und Lagerfeuer rundeten das Gemeinschaftserlebnis ab. Ab 1925 führte Zimmermann auch zahlreiche Ferienlager in seinem privaten Haus in Ringgenberg am Brienzensee durch. Dadurch entwickelte sich

998 Werner Zimmermann, Zum Geleit, in: *Tao*, 1/1 (1924), S. 1.

999 Erwin Hof, Ferienwoche Farnetsalp, in: *Tao*, 1/6 (1924), S. 58 f.

sein Zuhause zu einem wichtigen Treffpunkt dieser neuen, lebensreformerischen Jugendbewegung.¹⁰⁰⁰

Vieles deutet darauf hin, dass auch die Jugendlichen und jungen Erwachsenen dieser Bewegung vor allem aus den neuen, urbanen Mittelschichten kamen. So berichtet Zimmermann beispielsweise über die Teilnehmenden des Ferienlagers im Sommer 1931:

Etwa gleichviel Frauen wie Männer im Alter zwischen 20 und 30 Jahren, doch gab es auch einige Ältere. Dem Beruf nach waren sie Lehrer, Handwerker (merkwürdigerweise mehrere Schneider und Schneiderinnen), Kaufleute, Künstler (Maler und Musiker), Siedler und Studenten.¹⁰⁰¹

Auffallend ist der hohe Frauenanteil, der sich schon in der Wandervogelbewegung abzeichnete und in Zimmermanns lebensreformerischer Jugendbewegung weiter zunahm. Im Unterschied zu den jugendlichen Wandervögeln waren die Mitglieder dieser neuen Jugendbewegung jedoch volljährige, junge Erwachsene, die bereits einer Erwerbsarbeit nachgingen.¹⁰⁰²

In Zürich, Berlin und Rio de Janeiro: „Sammelpunkte“ einer transnationalen Bewegung

Noch mehr als die Naturheilvereine, Vegetarierbünde und Wandervogelgruppen nahm Zimmermanns lebensreformerische Jugendbewegung in der Zwischenkriegszeit eine ausgeprägt transnationale Dimension an. Insbesondere der Austausch mit Deutschland war sehr intensiv. Rückblickend erklärte Zimmermann in den 1970er Jahren in einem Interview im *Tages-Anzeiger-Magazin*, dass er in Deutschland bekannter gewesen sei als in der Schweiz: „Meine Bücher wurden immer in Deutschland viel mehr gekauft als in der Schweiz. In diesem Sinne bin ich schon stark auf das deutsche Volk eingestellt. Ich hielt auch viel mehr Vorträge in Deutschland als in der Schweiz.“¹⁰⁰³ So nahmen nicht nur zahlreiche Deutsche an den Ferienlagern in der Schweiz teil, Zimmermann organisierte auch Ausflüge nach Deutschland – zum Beispiel an die

1000 Siehe dazu u. a.: Werner Zimmermann, Ferienlager, in: *Tao*, 2/12 (1925), S. 28 ff.

1001 Ernst Breuer, Ferienlager, in: *Tau*, 8/91, (1931), S. 26.

1002 Diese soziale Zusammensetzung zeigte sich später auch im *Schweizerischen Lichtbund*, der sich aus Zimmermanns Jugendbewegung herausbildete. Siehe dazu das folgende Kapitel 5.4.

1003 Tobias Kästli, Auf der Suche nach dem dritten Weg zwischen Kapitalismus und Kommunismus. Werner Zimmermann und die Freiwirtschaftslehre des Silvio Gesell, in: *Tages-Anzeiger-Magazin*, 10/11 (1979), S. 22.



Abbildung 10: An einem Ferienlager auf der Insel Usedom badeten die Teilnehmenden nackt in der Ostsee. Zimmermann ist oben in der Mitte zu sehen. (1932)

Nordsee oder in die Lüneburger Heide. Bis in die 1930er Jahre tourte er zudem als Redner durch den gesamten deutschsprachigen Raum. Schon 1924 führte ihn eine erste Vortragsreise nach Berlin, Stettin, Magdeburg, Lüdenscheid, Essen, Frankfurt, Esslingen und Schweningen.¹⁰⁰⁴ Nach eigenen Angaben hielt Zimmermann 1926 über 60 Vorträge mit durchschnittlich 300 Teilnehmenden in Deutschland, Österreich, der Tschechoslowakei und der Schweiz.¹⁰⁰⁵

Daraufhin organisierten sich die Leserinnen und Leser der *Tao*-Zeitschrift ähnlich wie im *Vortrupp-Bund* selbstständig in kleinen Lese- und Diskussionsgruppen. Bereits Anfang 1925 formulierten „Tao-leser“ das Bedürfnis, sich „mit gleichgesinnten zusammenfinden [zu] wollen“. Unter anderem kündigten die „Zürcher Tao-Freunde“ ein Treffen in einem alkoholfreien Restaurant an:

1004 Werner Zimmermann, Vortragsreise, in: *Tao*, 1/6 (1924), S. 61.

1005 Vgl. Werner Zimmermann, Vortragsreise, in: *Tao*, 3/25 (1926), S. 38.

Es ist unter uns der Wunsch wachgeworden, das Gefühl unseres innern Zusammengehörens durch engern Zusammenschluß zu verstärken, um immer wirksamer unsere erlösenden Erkenntnisse zu ändern zu tragen. Alle jungen Menschen bis zu achtzig Jahren, die noch das Bedürfnis zur Aussprache haben, sollen ihre Freunde mitbringen.¹⁰⁰⁶

Danach wurden in der *Tao*-Zeitschrift regelmäßig „Sammelpunkte für Menschen, die gemeinschaft suchen zum Austausch von Gedanken oder zur Ausübung von Sport, Spiel, Wanderungen“ veröffentlicht. Nicht nur in der Schweiz, sondern auch in zahlreichen deutschen Städten wie Bremen, Kassel, Eisenach, Berlin oder Rostock gab es *Tao*-Leser- und Leserinnen, die sich einen Austausch mit Gleichgesinnten wünschten. Sogar im tschechoslowakischen Reichenberg (heute Liberec) gab es eine Adresse für Kontaktsuchende.¹⁰⁰⁷ In den darauffolgenden Jahren wuchs die Liste mit „Sammelpunkten“ beträchtlich an, sodass es 1930 bereits über 80 Einträge gab. Weil deutschsprachige Auswanderer auch in Amerika über die *Tao*-Zeitschrift Kontakte knüpften, gab es sogar Kontaktadressen in Chicago, New-Jersey, Mexiko-Stadt, Sao Paulo und Rio de Janeiro.¹⁰⁰⁸

Diese transnationale Ausbreitung seiner lebensreformerischen Jugendbewegung trieb Zimmermann auch im Rahmen des *Weltbundes der Jugend* voran, der sich aus unterschiedlichsten Jugendgruppen aus Europa und Nordamerika zusammensetzte. Darunter versammelten sich Vereinigungen aus dem gesamten politischen Spektrum vom *Sozialistischen Studentenbund* und *Bund der Kriegsdienstverweigerer* bis zum *Jungnationalen Bund* und *Jungvölkischen Bund*. Konfessionelle Jugendgruppen wie die *Katholische Weltjugend*, der *Lutherische Jugendbund* oder der *Verband jüdischer Jugendvereine* nahmen ebenso daran teil wie die *Anthroposophische Jugend* oder die *Freireligiöse Jugend*. Zudem versammelten sich diverse Jugendbewegte, lebensreformerische und reformpädagogische Strömungen wie der *Bund der freien Schulgemeinden*, der *Deutsche Alkoholgegnerbund*, der *Esperanto-Jugend-Weltbund*, der *Deutsche Pfadfinderbund*, mehrere Wander-

1006 O. A., Mitteilungen der Sharen, in: *Tao*, 2/9 (1925), S. 28.

1007 Siehe dazu u. a.: O. A., Sammelpunkte, in: *Tao*, 2/14 (1925), S. 29; siehe dazu auch: Eva Locher/Stefan Rindlisbacher, „Innere Verwandtschaft braucht keine Organisation“. Der Schweizerische Lichtbund im 20. Jahrhundert, in: Frank-Michael Kuhlemann/Michael Schäfer (Hg.), *Kreise – Bünde – Intellektuellen-Netzwerke. Formen bürgerlicher Vergesellschaftung und politischer Kommunikation 1890–1960*, Bielefeld 2017, S. 227 f.

1008 Vgl. o. A., Sammelpunkte-Liste, in: *Tau*, 7/74, 1930, S. 36 ff.; siehe zum Thema Auswanderung und lebensreformerische Siedlungen auch das Kapitel 6.4.

vogelgruppen und nicht zuletzt nahm Zimmermanns Jugendbewegung als *Taufreunde* daran teil.¹⁰⁰⁹

Ein erstes Zusammentreffen gab es vom 30. Juli bis 7. August 1927 auf der jugendbewegten Freusburg im heutigen Rheinland-Pfalz. An dieser Vorbereitungstagung bildeten sich verschiedene Arbeitsgruppen, die sich mit politischen, sozialen, wirtschaftlichen und erzieherischen Massnahmen zur Sicherung des Weltfriedens auseinandersetzten. Werner Zimmermann leitete zusammen mit jugendbewegten und lebensreformerischen Vertretern aus Frankreich, England, Dänemark, Bulgarien, Estland, Deutschland und den Vereinigten Staaten eine „lebensreformerische Arbeitsgemeinschaft“, die sich mit der Umgestaltung der persönlichen Lebensweise zur Verbesserung des „seelische[n] und körperliche[n] Gesundheitszustand“ auseinandersetzte.¹⁰¹⁰ Unter anderem forderte die Arbeitsgruppe die Stärkung der vegetarischen und abstinente[n] Ernährungsweise, eine umfassende Körperkultur mit „gymnastik, sport, tanz, wandern, wasser- und sonnenbäder“ sowie mehr Aufklärung über „sexualhygiene und -reform, ehe und zeugung, enthaltsamkeit und sekretion“. Über diese selbstreformerischen Massnahmen hinaus forderten sie unter anderem gezielten Wohnungsbau, Bodenreformen, mehr Tier- und Naturschutz, die Anerkennung der Naturheilkunde sowie die Errichtung von „ferienheimen, erholungsstätten, wasser- luft- und sonnenbäder, reformhäuser, jugendheime, jugendherbergen“.¹⁰¹¹

Die Vorschläge der verschiedenen Arbeitsgruppen wurden vom 17. bis 27. August 1928 am ersten *Weltjugend-Friedenskongress* im niederländischen

1009 Vgl. o. A., Für einen Weltbund der Jugend, Frankfurt a. M. 1928, S. 6 f. Den Anstoss für die Schaffung eines *Weltbundes der Jugend* gab die 1919 in Deutschland und Österreich gegründete *Weltjugendliga*, die mit Konferenzen und Ferienlagern den Austausch zwischen Jugendlichen in Frankreich, England und den Niederlanden förderte. Die treibende Kraft war der österreichische Pazifist Werner Jantschge (1898–1945). In Walter Hammers überbündischer Jugendzeitschrift *Junge Menschen* erschien 1926 ein erster Aufruf an die weltweite Jugend, sich zu vernetzen und eine internationale Jugendtagung durchzuführen: vgl. Oliver M. Piecha, Wie der Antiimperialismus unter die deutsche Jugend kam. Der Plan für einen Weltbund der Jugend in der Weimarer Republik, in: *Historische Jugendforschung. Jahrbuch des Archivs der deutschen Jugendbewegung*, 2 (2005), S. 129–144.

1010 Werner Zimmermann, Politik und persönliche Lebensgestaltung, in: O. A., Für einen Weltbund der Jugend, Frankfurt a. M. 1928, S. 91.

1011 O. A., Weltjugend-arbeitsgemeinschaft für lebenserneuerung, in: *Tau*, 5/50 (1928), S. 33 f.

Ommen diskutiert.¹⁰¹² Neben der deutschen *Weltjugendliga* gehörten die *British Federation of Youth*, die niederländischen *Jongeren Vredes Actie* und die amerikanische *Fellowship of Youth for Peace* zu den Hauptorganisatoren der Veranstaltung. Um die Schaffung eines *Weltbundes der Jugend* voranzutreiben, versammelten sich 500 Jugendliche und junge Erwachsene aus 30 Ländern. Die Teilnehmenden kamen mehrheitlich aus Westeuropa und Nordamerika, einige Jugendliche reisten aber auch aus asiatischen Ländern wie Indien und China an. Als Mitglied der lebensreformerischen Delegation berichtete Zimmermann in der *Tao*-Zeitschrift über die kontroversen Debatten zwischen den verschiedensten Jugendgruppen mit ihren teils diametral entgegengesetzten Zielen und Überzeugungen.¹⁰¹³ Tiefe Gräben zogen sich vor allem zwischen pazifistischen Verfechtern supranationaler Organisationen und revolutionär eingestellten Jugendgruppen, die sich für den gewaltbereiten Klassenkampf einsetzten. Auch wenn die Bemühungen für einen *Weltbund der Jugend* nicht über Absichtserklärungen hinaus kamen, war der *Weltjugend-Friedenskongress* ein beeindruckendes Ereignis einer zunehmend vernetzten Jugend, die sich über die nationalstaatlichen Grenzen hinweg für globale Ziele einsetzten und damit die weltumspannenden, jugendlichen Protestkulturen der Nachkriegszeit vorwegnahmen.¹⁰¹⁴

1012 Der *Weltjugend-Friedenskongress* wurde auf dem Gelände des theosophischen *Order of the Star in the East* durchgeführt. Dort organisierte Jiddu Krishnamurti (1895–1986) seine *Star Camps*. Die *Theosophische Gesellschaft* verehrte den Inder als messianische Erlöserfigur. Schon mit 16 Jahren wurde Jiddu Krishnamurti zum Anführer der theosophischen *Order of the Star in the East* gekürt. Später sagte er sich jedoch von der *Theosophischen Gesellschaft* los. Siehe zu Krishnamurti u. a.: Helmut Zander, *Anthroposophie in Deutschland. Theosophische Weltanschauung und gesellschaftliche Praxis 1884–1945*, Bd. 1, Göttingen 2008, S. 147–151. Werner Zimmermann veröffentlichte 1937 eine kurze Biografie über Krishnamurti: Werner Zimmermann, *Krishnamurti, Zielbrücke 1937*. 1944 trat der indische Theosoph sogar im FKK-Gelände in Thielle als Redner auf: Eduard Fankhauser, von unserem wirken 1944, in: *die neue zeit, Orientierende Hefte über neuzeitliche Bestrebungen*, 17/101 (1945), S. 17.

1013 Vgl. Werner Zimmermann, *Weltjugend*, in: *Tau*, 5/55 (1928), S. 2–20.

1014 Vgl. Piecha, *Wie der Antimperialismus unter die deutsche Jugend kam*, S. 138–144; siehe für eine detaillierte Liste der Beschlüsse des *Weltjugend-Friedenskongress* auch: William D. Angel (Hg.), *The International Law of Youth Rights*, Leiden 2015, S. 105–113.

5.4 Der „neue Mensch“ ist nackt: Die Freikörperkultur und der Schweizerische Lichtbund

Gesund, schlank und schön: Körperbilder und veränderbare Körper

Der „neue Mensch“ war spätestens in der Zwischenkriegszeit ein geflügeltes Wort. Meistens war damit eine intellektuelle, moralische oder religiöse Weiter- oder Höherentwicklung des Menschen verbunden. Lebensreformerische Bewegungen strebten zudem eine gesundheitliche Optimierung an, die sowohl den Körper als auch die Psyche umfasste. Das dazu nötige Spezialwissen veröffentlichten sie in Erziehungsratgebern und Selbsthilfezeitschriften wie *Lichtwärts* und *Tao*. Wer auf dem Weg zur Selbstverwirklichung schneller vorankommen wollte, eignete sich die lebensreformerischen Selbsttechniken in Weiterbildungskursen, Vorträgen oder Ferienlagern an. Während psychoanalytische Seelenarbeit und reformpädagogisch angeleitete Selbsterziehung die Persönlichkeit formten, waren Ernährungsvorschriften und Körperübungen mit praktischer Arbeit am eigenen Körper verbunden. Im Unterschied zur Verbesserung des eigenen Charakters, der intellektuellen Fähigkeiten oder moralischen Vorstellungen produzierte die Arbeit am Körper sichtbare Veränderungen, die mess- und vergleichbar waren. Durch eine vegetarische Ernährungsweise, Alkohol- und Tabakabstinenz, Licht- und Luftbäder, Gymnastikübungen oder andere sportliche Aktivitäten änderte sich die Beschaffenheit der Haut, die Muskelmasse nahm zu und die Körperproportionen veränderten sich.¹⁰¹⁵

So avancierte der trainierte, sportliche und schlanke Körper um 1900 zum sichtbaren Aushängeschild lebensreformerischer Bewegungen.¹⁰¹⁶ Er war nicht nur Beweis für die Wirksamkeit lebensreformerischer Selbsttechniken, im fitten Körper manifestierten sich auch die Gesundheits- und Leistungsideale dieser Bewegungen. Auch der „sonnige[...] Mensch[...]“ in Zimmermanns *Lichtwärts* sollte durch seinen „freien, sonnegebräunten Leib“ für alle sichtbar

1015 Siehe zur Körpergeschichte u. a.: Heiko Stoff, Diskurse und Erfahrungen. Ein Rückblick auf die Körpergeschichte der 90er Jahre, in: Zeitschrift für Sozialgeschichte des 20. und 21. Jahrhunderts, 14/2 (1999), S. 142–160; Peter-Paul Bänziger/Simon Graf, Körpergeschichte des 19. und 20. Jahrhunderts. Eine „materielle“ Geschichte der Industrie- und Konsumgesellschaften zwischen Wissensproduktion und Differenzdiskursen, in: *Traverse*, 19 (2012), S. 101–118.

1016 Siehe dazu u. a.: Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 290–301; Merta, *Schlank!* S. 363–393; Ingold, *Lichtduschen*, S. 213–221.

als Lebensreformer erkenntlich sein.¹⁰¹⁷ Der fitte Körper markierte aber nicht nur das Ziel lebensreformerischer Selbsttechniken, sondern ermöglichte zugleich eine Abgrenzung zu Negativbildern. So schreibt Zimmermann:

Doch ihr wißt wohl, warum ihr euch verhüllt, ihr leichenfarbenen Schlemmer mit euren schwammigen Gliedern und schiefen Rücken – euren Hängebäuchen und schlaffen Brüsten! Wahrlich, wir zürnen es euch nicht. Lernt erst gesund und schön werden, ihr schielenden, geifernden Neider und Sittlichkeitswächter! Dann erst mühen wir über Reinheit und Schönheit der Natur reden.¹⁰¹⁸

Wenn Gesundheit und Schönheit erlernbar sind, liegen sie in der Verantwortung des einzelnen Menschen. Dazu braucht es einerseits kompetente Anleitungen und andererseits selbstdisziplinierte Arbeit am eigenen Körper. Im Umkehrschluss lassen sich Menschen mit „schwammigen Gliedern“ oder einem „schiefen Rücken“ als faul und verantwortungslos markieren.¹⁰¹⁹ Wie die Historikerin Maren Möhring hervorhebt, beteiligten sich lebensreformerische Akteure mit diesen Körperdiskursen und Körperpraktiken massgeblich an der Normalisierung des fitten, schlanken und gesunden Körpers in modernen Gesellschaften.¹⁰²⁰

Vom naturheilkundlichen Sonnenbaden zur Freikörperkultur: Durch Nackterziehung einen „neuen Menschen“ erschaffen

Die körpernormierende Funktion lebensreformerischer Gesundheitspraktiken wurde durch die zunehmende Sichtbarmachung des Körpers verstärkt. Gegen den im 19. Jahrhundert anhaltenden Trend, den Körper immer stärker vor den Blicken anderer Menschen zu verstecken, forderte Lebensreformer und Lebensreformerinnen eine Entkleidung des Körpers. Wie weiter oben gezeigt

1017 Zimmermann, Lichtwärts, S. 77.

1018 Ebd., S. 77.

1019 Siehe zur Konstruktion von Körperbildern und deren Veränderbarkeit u. a.: Ulrike Thoms, Körperstereotype. Veränderungen in der Bewertung von Schlankheit und Fettleibigkeit in den letzten 200 Jahren, in: Clemens Wischermann/Stefan Haas (Hg.), Körper mit Geschichte. Der menschliche Körper als Ort der Selbst- und Weltdeutung, Stuttgart/Wiesbaden 2000, S. 281–308.

1020 Vgl. Möhring, Marmorleiber, S. 15 ff.; siehe dazu auch: Simon Graf, Leistungsfähig, attraktiv, erfolgreich, jung und gesund. Der fitte Körper in post-fordistischen Verhältnissen, in: Body Politics 1/1 (2013), S. 148–151.

wurde, legten sich in den Naturheilsanatorien seit den 1870er Jahren immer mehr Menschen nackt in die Sonne. Während Naturheilärzte wie Friedrich Fellenberg, Adolf Keller-Hoerschelmann oder Friedrich von Segesser in ihren Sanatorien das Licht- und Luftbaden nur für eine kleine, eher wohlhabende Gesellschaftsschicht zugänglich machten, öffneten die Naturheilvereine im frühen 20. Jahrhundert das Sonnenbaden für immer weitere Bevölkerungskreise. In den Licht- und Luftbädern der Naturheilvereine in Zürich, Bern und Basel legten sich bald zehntausende Menschen pro Jahr in die Sonne und trainierten mit Fitnessgeräten ihren Körper. Dort war das Licht- und Luftbaden keine Heilbehandlung mehr, sondern wurde als alltägliche Freizeitaktivität eines gesunden Lebensstils propagiert. Später fielen auch ausserhalb der Badeanstalten die Hüllen, um mehr Bewegungsfreiheit beim Sport und Wandern zu haben. Beispielsweise zeigten sich die Wandervögel mit kurzen Hosen und aufgeknöpften Hemden in der Öffentlichkeit. Partielle Nacktheit wurde auch in körperbetonten Sportarten wie Schwimmen, Gymnastik und Bodybuilding schon um 1900 gesellschaftlich toleriert.¹⁰²¹

Vollständige Nacktheit wurde aber noch kaum akzeptiert. Selbst in den Licht- und Luftbädern der Naturheilvereine sonnten sich die Besucher und Besucherinnen mit lichtdurchlässigen Hemden und Lendenschürzen. Ebenso waren die meisten Badeeinrichtungen bis in die Zwischenkriegszeit nach Geschlecht getrennt.¹⁰²² Gegen diese letzten Restriktionen lehnten sich um 1900 die beiden völkisch orientierten Publizisten Heinrich Pudor (1865–1943) und Richard Ungewitter (1869–1958) auf.¹⁰²³ Neben den gesundheitlichen Vorzügen des nackten Licht- und Luftbadens, wie sie bereits in der Naturheilbewegung

1021 Vgl. Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 196 f.

1022 Siehe zu den Regeln und Alltagspraktiken in den Schweizer Licht- und Luftbädern u. a.: Gisela Lucci-Purtscher, Licht-Luft- und Sonnenbäder, in: Volksgesundheit, 6/12 (1913), S. 177–190. Nur in wenigen Licht- und Luftbädern badeten Männer und Frauen vollständig nackt. Wie die *Vegetarische Warte* 1906 berichtete, konnten beispielsweise in Theodor Sterns *Lichtluftbain* auf dem Zürcher Waidberg „beide Geschlechter im Luftkleide in schönster Eintracht und harmonischer Weise gemeinschaftlich dem Spiel und Sport obliegen“: Hugo Kunze, Zürich, in: *Vegetarische Warte*, 39/19 (1906), S. 224 f.

1023 Die beiden FKK-Vordenker waren mit der völkischen Bewegung verbunden. In ihren Schriften zur Freikörperkultur popularisierten sie auch rassistisches und antisemitisches Gedankengut. Unter anderem propagierten sie die nackte Gattenwahl als Mittel zur völkischen „Aufartung“. Die Menschen sollten sich möglichst nackt kennenlernen, um die körperliche Gesundheit des möglichen Sexualpartners zu überprüfen und die Zugehörigkeit zur „germanischen Rasse“ sicherzustellen.

propagiert wurden, verkündeten die beiden Pioniere der sogenannten Nackt- bzw. Freikörperkultur auch eine erzieherische Wirkung der Nacktheit.¹⁰²⁴ Sowohl in Ungewitters *Die Nacktheit* (1905) als auch in Pudors *Nackt-Kultur* (1906) erscheint der unbekleidete Körper in Anlehnung an Rousseaus Natürlichkeitskonzept als rein und unschuldig. Entgegen der vorherrschenden Moralvorstellungen wird nicht der nackte Körper mit sexueller Lust konnotiert, sondern der aufreizend bekleidete Körper:

Trotz der bis unters Kinn reichenden Kleidung erscheint der Körper des weiblichen Geschlechts ‚nackter‘, und zwar erotisch-nackter als ohne jede Kleidung. Während im letzteren Falle der ganze Körper sich gleichmäßig dem Auge darbietet, sieht man durch die Gewänder hindurch keine ganzen Körper mehr, sondern nur doch einzelne, ganz bestimmt ausgesuchte, geschickt zur Schau gestellte Teile: Hüften und Brüste, Hinterteile und Schenkelpartien [...].¹⁰²⁵

Die FKK-Pioniere wurden deshalb nicht müde zu behaupten, dass sich in einer Gesellschaft, in der sich alle Menschen nackt begegnen, der Sexualtrieb abschwäche, wodurch es weniger sexualisierte Gewalt und Prostitution gäbe: „Die Nacktheit weckt eben die Begierde nicht, setzt nicht in Erwartung, regt nicht so angenehm auf, denn sie ist zu nüchtern, zu prosaisch.“ Die Nacktheit sollte deshalb als Instrument einer „neue[n] Erziehung, eine[r] neue[n] Moral und Sittenlehre“ dienen.¹⁰²⁶

Auch wenn diese Forderungen in der Praxis kaum umgesetzt wurden, festigten sich rassistische Reinheits- und Hochzüchtungs-ideen in der aufkommenden FKK-Bewegung und wirkten sich selbst auf die liberalen und sozialistischen Störungen aus. Siehe dazu: Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 268 ff.; Dieter Pforte, Zur Freikörperkultur-Bewegung im nationalsozialistischen Deutschland, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989, S. 136–145; Puschner, Die völkische Bewegung im wilhelminischen Kaiserreich, S. 167 f.; Thomas Adam, Heinrich Pudor – Lebensreformer, Antisemit und Verleger, in: Mark Lehmsstedt/Andreas Herzog (Hg.), Das bewegte Buch. Buchwesen und soziale, nationale und kulturelle Bewegungen um 1900, Wiesbaden 1999, S. 183–196.

1024 Zur Geschichte der Freikörperkultur, siehe u. a.: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989; Michael Grisko (Hg.), Freikörperkultur und Lebenswelt. Studien zur Vor- und Frühgeschichte der Freikörperkultur in Deutschland, Kassel 1999; Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“.

1025 Richard Ungewitter, *Die Nacktheit*. In entwicklungsgeschichtlicher, gesundheitlicher, moralischer und künstlerischer Beleuchtung, Stuttgart 1907, S. 52.

1026 Ebd., S. 53; siehe dazu auch: König, *Nacktheit*, S. 144–149.

In seinem reformpädagogisch geprägten Buch *Die neue Erziehung* betonte Pudor bereits 1902 die Bedeutung der Nacktheit für die Kindererziehung: Der FKK-Vordenker war davon überzeugt, dass das Schamgefühl anerzogen sei. Die Eltern sollten deshalb mit ihren Kindern nackt baden, turnen und sich auch sonst während der Freizeit unbekleidet bewegen, um auf diese Weise die gemischtgeschlechtliche Nacktheit zu normalisieren.¹⁰²⁷ Als historisches Vorbild für diese Nackterziehung diente Pudor die gymnastische Ausbildung und Körperpflege im antiken Griechenland. Damit beteiligte er sich nicht nur an der Antikenrezeption, die um 1900 in bildungsbürgerlichen Kreisen äusserst populär war. Dieser Rückgriff ermöglichte es ihm auch, die nackten Körperübungen als traditionsreiche Erziehungsmethoden zu inszenieren. Dadurch erschien die Freikörperkultur nicht als avantgardistische Umwertung der vorherrschenden Moralvorstellungen, sondern als vermeintliche Rückkehr zu einer natürlichen Erziehung.¹⁰²⁸

Dieselbe erzieherische Wirkung schrieb auch Zimmermann der Nacktheit zu. In *Lichtwärts* wies er die Eltern an, „die Pracht [ihres] strahlend gesunden Körpers“ nicht vor ihren Kindern zu verhüllen, sondern die Nacktheit zur „Selbstverständlichkeit“ zu erklären.¹⁰²⁹ Dadurch würden sich die Kinder unweigerlich an den nackten Körper gewöhnen und dessen Natürlichkeit verinnerlichen. Um die Wirkungsweise dieser sogenannten Nackterziehung zu erklären, griff Zimmermann auf psychoanalytische Deutungsmuster zurück. Weil das „Verhüllte und Verborgene am meisten reiz[e]“, wirke sich die Nackterziehung förderlich auf die sexuelle Reifung der Heranwachsenden aus. Wer an die „natürliche, edle Nacktheit“ gewöhnt sei, werde auch nicht „durch eine halb geöffnete Bluse, durch einen blitzenden Unterrock sinnlich erregt“.¹⁰³⁰ Erst das systematische Verbergen und

1027 Siehe zur Körpererziehung in der Reformpädagogik: Bernd Wedemeyer-Kolwe, *Leibesübungen*, in: Wolfgang Keim/Ulrich Schwerdt (Hg.), *Handbuch der Reformpädagogik in Deutschland (1890–1933)*, Bd. 2, Frankfurt a. M. 2013, S. 1169–1188; Klemens Ketelhut, *Sozialreform und Selbstreform als pädagogische Programme sozialer Bewegungen Ende des 19./Anfang des 20. Jahrhunderts*. Die Pädagogik lebensreformerischer Nacktheitserziehung, in: Diana Franke-Meyer/Carola Kuhlmann (Hg.), *Soziale Bewegungen und Soziale Arbeit. Von der Kindergartenbewegung zur Homosexuellenbewegung*, Wiesbaden 2018, S. 115–128.

1028 Siehe für eine ausführliche Darstellung der Antikenrezeption in der Freikörperkultur: Möhring, *Marmorleiber*, S. 169–193.

1029 Zimmermann, *Lichtwärts*, S. 77 f.

1030 Ebd., S. 77.

Verschweigen rufe ein übersteigertes Interesse am nackten Körper hervor, das sich dann nicht mehr kontrollieren lasse.

Ausführlicher als in *Lichtwärts* behandelte Zimmermann die Freikörperkultur in einem Themenheft der *Tao*-Zeitschrift, das im Sommer 1925 erschien. Im Artikel „Lichtkleid“ berichtet er über seine Wandlung vom schüchternen Bauernjungen zum mutigen Vorkämpfer für die Freikörperkultur: Noch vor wenigen Jahren habe er zu den „dunkelmenschen“ gehört, die „ängstlich ihren leib ferhüllt hielten“.¹⁰³¹ Weil alles Körperliche und Sexuelle in seiner Jugend stark tabuisiert gewesen sei, habe er sich dem eigenen „körper gegenüber unfrei“ gefühlt und den weiblichen Körper übermässig begehrt.¹⁰³² Die psychoanalytisch gedeutete Überwindung dieser Blockade erfolgte durch zwei Ereignisse: An die männliche Nacktheit gewöhnte sich Zimmermann auf der Überfahrt nach Amerika. Dort arbeitete er meistens mit nacktem Oberkörper zusammen mit anderen Männern im Maschinenraum. Die weibliche Nacktheit verlor für Zimmermann den erotischen Reiz, als er eine Frau beim Stillen beobachtet:

Da trat ich einmal zu einem freund in die stube, und seine junge frau, die auch mir nahe stand, gab eben ihrem ersten kindlein die mutterbrust. Wie hatte ich schon so lange gehungert nach solchem anblick! [...] Dies selig-still-ergebene Madonnen-gesicht der Mutter – dies kleine menshlein, so wonnig fertieft in sein tun – und dann sein glückliches zurücksinken in schlaf und erlöstheit! [...] Ich fühlte, wie es abfloß fon mir, so fiel von dem bösen shutt, so fiel fon der heimlichen gier, die ich immer so gehaßt hatte. Ich hätte hinknien mögen und in tiefer demut mein haupt beugen.¹⁰³³

Die heteronormative Zweigeschlechtlichkeit wird durch das gemeinsame Nacktbaden nicht aufgelöst, sondern durch die erhöhte Sichtbarkeit der Körper sogar noch akzentuiert. Aus einer männlich-heterosexuellen Perspektive erfolgt die Gewöhnung an den männlichen Körper ohne Probleme, weil jegliche sexuelle Spannung negiert wird. Die Unbefangenheit gegenüber dem weiblichen Körper erfordert hingegen eine Umdeutung der sexuell anziehenden Weiblichkeit zur biologistisch determinierten Mutterpflicht. Durch diese Entkoppelung der Nacktheit von der Erotik wird gemeinsames Nacktbaden diskursiv legitimiert, gleichzeitig werden bürgerlich geprägte Rollenbilder naturalisiert. Trotz der überschwänglich inszenierten Befreiungsrhetorik erforderte die praktische Anwendung des gemeinsamen Nacktbadens ein hohes Mass an Selbstdisziplin und Kontrolle. Auch wenn die FKK-Pioniere in unzähligen Publikationen

1031 Werner Zimmermann, Lichtkleid, in: *Tao*, 2/13 (1925), S. 3.

1032 Ebd., S. 5.

1033 Ebd., S. 7.

beschreiben, wie die sexuell aufgeladene Nacktheit in der Praxis durch eine natürliche Unbefangenheit abgelöst wird, basierte die Freikörperkultur auf einem strikten System der Überwachung. Einerseits versuchten die Nacktbadenden ihren eigenen Körper durch die Verinnerlichung der FKK-Ideale selbst unter Kontrolle zu bringen, andererseits geriet der Körper durch die umfassende Sichtbarkeit auch unter die prüfenden Blicke der Gruppe.¹⁰³⁴

Das FKK-Themenheft in der *Tao*-Zeitschrift verweist neben diesem Einblick in die grundlegenden Praktiken auch auf die transnationale Dimension der FKK-Bewegung. So bezeichnet Zimmermann Richard Ungewitter als „bekannteste[n] fortkämpfer für natürliche Nacktheit“, empfahl die Bücher der bekannten FKK-Vordenker Adolf Koch (1896–1970) und Hans Surén (1885–1972) und nannte die FKK-Zeitschriften *Die Freund* und *Die Schönheit* als besonders empfehlenswert.¹⁰³⁵ Diese Publikationen waren zwar schon in den frühen 1920er Jahren in der Schweiz erhältlich. So hatte beispielsweise der Naturheilarzt Adolf Keller-Hoerschelmann bereits 1921 in der *Volksgesundheit* über die deutsche „Nacktkultur“ von Richard Ungewitter berichtet und eine „Abteilung für Nacktbadende“ in „jeder öffentlichen Badeanstalt“ gefordert.¹⁰³⁶ Trotzdem wurde in den Licht- und Luftbädern der Naturheilmovement bis in die 1930er Jahre nicht vollständig nackt und gemischtgeschlechtlich gebadet.¹⁰³⁷

1034 Siehe dazu Maren Möhrings Überlegungen zur Sichtbarmachung des Körpers in der Freikörperkultur als disziplinierende Macht- und Wissenstechnik: Möhring, Marmorleiber, S. 79–95; Maren Möhring, Nacktheit und Sichtbarkeit, in: Jürgen Martschukat (Hg.), *Geschichte schreiben mit Foucault*, Frankfurt a. M./New York 2002, S. 151–169.

1035 Vgl. Zimmermann, *Lichtkleid*, S. 24 ff, zitiert S. 24. Während Koch dem sozialistischen Flügel der FKK-Bewegung zuzuordnen ist, gehörte der deutsche Offizier Surén in der Zwischenkriegszeit zu den einflussreichen Vertretern der völkischen Richtung. Siehe zu diesen beiden Akteuren u. a.: Dietger Pforte, Hans Surén – eine deutsche FKK-Karriere, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), *„Wir sind nackt und nennen uns Du“*. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989, S. 130–135; Andrey Georgieff, *Nacktheit und Kultur. Adolf Koch und die proletarische Freikörperkultur*, Wien 2005.

1036 Keller-Hoerschelmann glaubte jedoch nicht, dass das „Nacktkulturleben“ jemals in das „öffentliche Leben eindringen könne.“ Wegen der vielen „Sittenapostel“ könne sich eine derartige Bewegung in der Schweiz nicht ausbreiten. Darum blieb die Schweizer Naturheilmovement für freikörperkulturelle Praktiken bis in die 1930er Jahre verschlossen: Adolf Keller-Hoerschelmann, *Nacktkultur*, in: *Volksgesundheit*, 14/14 (1921), S. 215 f.

1037 Ein deutscher FKK-Anhänger berichtete noch 1927 von einem Besuch in der Schweiz: „Die Erfahrungen, die ich dort als Anhänger der Freikörperkultur

Die Freikörperkultur, mit ihren körper- und sexualerzieherischen Zielen, breitete sich zuerst in Zimmermanns lebensreformerischer Jugendbewegung aus, bevor sie auch in der Naturheilbewegung akzeptiert wurde.¹⁰³⁸

Die „Lichtkämpfer“ organisieren sich: Von den elitären Zirkeln zur Massenbewegung

In Deutschland organisierten sich die Anhänger der Freikörperkultur bereits in den 1900er Jahren in mehreren kleinen Zirkeln und Gruppierungen, die jedoch nie mehr als einige Dutzend Mitglieder zählten. Im Unterschied zur rasant anwachsenden Naturheilbewegung mit ihren stark frequentierten Licht- und Luftbädern war die Freikörperkultur bis zum Ersten Weltkrieg eine überschaubare, etwa 2'000 Mitglieder zählende, elitäre Bewegung, die jedoch mit ihren kontroversen Praktiken und intensiver Publikationstätigkeit eine grosse mediale Aufmerksamkeit auf sich zog. Unter den ersten Vereinigungen, die sich vornehmlich in Norddeutschland mit einem Schwerpunkt in Berlin herausbildeten, gehörte Richard Ungewitters 1911 gegründete *Loge des aufsteigenden Lebens*, die bald auch in der Schweiz erste Ableger hatte.¹⁰³⁹ Trotz dieser ersten Berührungspunkte konnte sich die FKK-Bewegung vorerst nicht in der Schweiz etablieren. Die privaten Naturheilanstalten und öffentlichen Sonnenbäder der Naturheilvereine blieben die einzigen Orte im urbanen Raum, an denen sich die Menschen zumindest leicht bekleidet in die Sonne legen durften.

Der Erste Weltkrieg bewirkte wie bei anderen lebensreformerischen Strömungen auch eine Stagnation der FKK-Bewegung. Erst als die schlimmsten Krisenjahre der Nachkriegszeit überwunden waren, begann sich die Bewegung neu zu formieren. Ab 1923 bildeten sich mehrere lokale Vereine wie der *Bund der Lichtfreunde* (BdL) oder die *Liga für freie Lebensgestaltung* (LffL) sowie

und Feind aller Prüderie machte, beweisen, wie wenig dieses Land den Namen ‚freie Schweiz‘ verdient.“ Im Sonnenbad des Zürcher Naturheilvereins wurde er wegen einer zu kurzen Badehose gerügt. Daraufhin badete er am darauffolgenden Tag nackt in einem Fluss, anstatt sich im Licht- und Luftbad zu verhüllen; vgl. F. Schenck, Schweizer Erlebnisse, in: Licht-Land, Blätter für Freikörperkultur und Lebenserneuerung, 4/5 (1927), S. 2 ff.

1038 Siehe zur Geschichte der Freikörperkultur in der Schweiz: Stefan Rindlisbacher, Popularisierung und Etablierung der Freikörperkultur in der Schweiz (1900–1930), in: Schweizerische Zeitschrift für Geschichte, 65/3 (2015), S. 393–413.

1039 Siehe zur Entwicklung der FKK-Bewegung bis zum Ersten Weltkrieg: Wedemeyer-Kolwe, „Der neue Mensch“, S. 199–219.

überregional vernetzte Verbände wie der *Reichsverband für Freikörperkultur* (RFK). Zudem gaben die neuen FKK-Gruppierungen auflagenstarke Zeitschriften wie *Die Freude*, *Licht-Land* und *Lachendes Leben* heraus. Die Freikörperkulturbewegung entwickelte sich im gesellschaftsliberalen Klima der Weimarer Republik zur Massenbewegung mit zehntausenden Mitgliedern und vielen weiteren Menschen, die ohne Organisation in ihrer Freizeit nackt badeten.¹⁰⁴⁰ Sowohl vor wie auch nach dem Krieg war Berlin die Hochburg der organisierten Freikörperkultur. Vor den Toren der rasant wachsenden Grosstadt bildeten sich vor allem am Motzener See und Müggelsee immer mehr FKK-Vereine mit eigenen Nacktbadestränden und Sonnenbädern. Im Unterschied zur Vorkriegszeit, in der vor allem völkische Gruppierungen die Bewegung dominierten, verfolgten die neuen Massenorganisationen sozialliberale Ansätze oder verzichteten weitgehend auf eine politische Positionierung.¹⁰⁴¹

Auch in der Schweiz bildeten sich in den frühen 1920er Jahren erste von Deutschland unabhängige FKK-Organisationen. Darunter war die 1922 in Zürich gegründete *Loge Eden*, die unter anderem mit einem Inserat in der naturheilkundlichen Zeitschrift *Volksgesundheit* nach neuen Mitgliedern suchte:

Naturgemäss und vornehm denkende Menschen verlangen das Satzungsheft der Loge Eden Vereinigung für ideale Kultur. Durch Text und schöne Naturaufnahmen macht die Schrift auf Anhänger natürlicher Lebensweise, Körperpflege, Geisteskultur u. Nacktkultur begeisternden Eindruck und bietet gleichgesinnten Familien sowie einzelnen Herren und Damen Gelegenheit zum Anschluss an Lichtfreunde.¹⁰⁴²

Neben dem „Licht-, Luft- und Sonnenleben“ strebte die *Loge Eden* auch eine „natürliche Ernährung [und] Bekleidung“ an, lehnte „den Genuß von Alkohol, Nikotin und anderer den Körper zerstörenden Gifte“ ab und propagierte eine „naturgemäße Erziehung“.¹⁰⁴³ Nachdem jedoch einige Mitglieder im Sommer 1924 an Werner Zimmermanns Ferienlager auf der Farneralp teilgenommen hatten, wurde in den Zeitschriften *Licht-Land* und *Tao* die Auflösung dieser lebensreformerischen Vereinigung verkündet. Stattdessen sollte unter dem Namen *Lichtwärts-Gemeinde* „eine lose Gemeinschaft“ entstehen, „die zur

1040 Vgl. Krabbe, *Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform*, S. 146–150.

1041 Vgl. Michael Andritzky, *Berlin – Urheimat der Nackten*, in: Ders./Thomas Rautenberg (Hg.), *„Wir sind nackt und nennen uns Du“*. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Gießen 1989, S. 50–56.

1042 O. A., *Anzeige für Loge Eden*, in: *Volksgesundheit*, 15/9 (1922), o.S.

1043 Sepp Bossart, *Loge Eden*, in: *Licht-Land*, 1/4 (1924), S. 59.

Hauptsache Leben und Wirken Werner Zimmermanns vertritt“. Zu den Zielen war zudem zu lesen: „Wir wollen also keine Nacktsport treibende Gemeinschaft sein – nein – wir wollen ein harmonisches Ganzes sein, wie es Zimmermann in seinen Tao-Heften so schön erzählt.“¹⁰⁴⁴

Eine ähnliche Gruppierung bildete sich 1920 in Biel. Dort gründete der Buchhändler Eduard Fankhauser (1904–1998) zusammen mit seinen Geschwistern den *Sportverein Futuro-Biel* (S.V.F.B.). Nach einem Zusammentreffen mit Zimmermann begann sich auch diese kleine Vereinigung mit dem Erziehungs- und Selbsthilfeprogramm aus *Lichtwärts* auseinanderzusetzen. 1924 benannte sich die Gruppe in *Futuro Bern* um und propagierte fortan lebensreformerische Gesundheitspraktiken wie Alkohol- und Nikotinabstinenz, Vegetarismus und Freikörperkultur. In der *Tao*-Zeitschrift erhielt sie eine eigene „Futuro-Bundesecke“, um ihre Ziele und Aktivitäten zu veröffentlichen.¹⁰⁴⁵ Fankhauser stieg in der Folge zum wichtigsten Wegbegleiter Zimmermanns auf. Ab 1923 leitete er den Verlag des *Pestalozzi-Fellenberg-Hauses*, wo er auch Zimmermanns Bücher herausgab. So kündigte Zimmermann im September 1924 in der *Tao*-Zeitschrift die Zusammenarbeit mit Fankhauser an:

Um mehr zeit für geistiges wirken zu gewinnen, übergebe ich auf 1. september den vertrieb meiner zeitschrift ‚Tao‘ und meiner bücher – mit ausnahme von deutschland und oesterreich – unserem kameraden Edi Fankhauser in bern, der unter dem namen ‚Die Neue Zeit‘ und ‚Futuro-Librerio‘, Bern, tätig sein wird.¹⁰⁴⁶

Zugleich begann Fankhauser eine eigene Versandbuchhandlung für lebensreformerische Literatur aufzubauen. 1926 eröffnete er einen ersten Buchladen in Bern, auf den weitere Zweigstellen in Biel und Zürich folgten.¹⁰⁴⁷ Während Zimmermann mit seinen Publikationen, Vorträgen und Ferienlagern die Ausbreitung der Freikörperkultur in der Schweiz vorantrieb, bemühte sich Fankhauser um den Ausbau der Vertriebs- und Organisationsstrukturen dieser Bewegung.

1044 Sepp Bossart, *Lichtwärts Schweiz*, in: *Licht-Land*, 1/10 (1924), S. 225 f.; Sepp Bossart, *Lichtwärts – Schweiz*, in: *Tao*, 1/6 (1924), S. 62 f.

1045 Vgl. Eduard Fankhauser, *Futuro-Bundesecke*, in: *Tao*, 1/1, (1924), S. 29 ff.

1046 Werner Zimmermann, *Schweiz: geschäftsübergabe*, in: *Tao*, 1/5 (1924), S. 29.

1047 Vgl. Eduard Fankhauser, *Kampf und Sieg der FKK. 60 Jahre Wirken für die Volksgesundheit*, Zielbrücke-Thielle 1984, S. 59–65.

Eine neue, lebensreformerische Vereinigung entsteht: Der *Schweizerische Lichtbund*

Die zunehmende Präsenz der Freikörperkultur in der Schweiz führte in der Zwischenkriegszeit immer häufiger zu Konflikten und Auseinandersetzungen mit christlich-konservativen Organisationen. Beispielsweise zeigte der *Berner Sittlichkeitsverein* Eduard Fankhauser 1926 an, weil er in seiner Buchhandlung in Bern deutsche FKK-Zeitschriften wie *Lachendes Leben* für Passanten sichtbar in seinem Schaufenster ausgestellt hatte. Daraufhin wurde Fankhauser „wegen Widerhandlung g[egen] d[as] Gesetz über das Lichtspielwesen und Maßnahmen gegen die Schundliteratur“ angeklagt.¹⁰⁴⁸ Das Bezirksgericht der Stadt Bern sollte abklären, ob die Aktdarstellungen in den beanstandeten Publikationen die „Sittlichkeit“ gefährden, das „Schamgefühl“ verletzen oder „sonstwie groben Anstoß“ erregen.¹⁰⁴⁹

Ähnliche Gerichtsverhandlungen hatte es zuvor schon in Deutschland gegeben. Vor allem die massenmediale Verbreitung von Nacktdarstellungen durch FKK-Zeitschriften wie *Die Schönheit*, *Licht-Land* oder *Lachendes Leben* hatten dort bereits mehrere juristische Auseinandersetzungen ausgelöst. Kritiker empörten sich nicht nur über die wachsende Verfügbarkeit dieser Bilder, sondern auch über die öffentliche Sichtbarkeit der ausgestellten Zeitschriften in Schaufenstern und Kioskauslagen. Die ambivalente Grenzziehung zwischen kulturell hochstehendem Aktbild und unsittlicher Nacktheit mussten in der Folge immer öfter vor Gericht entscheiden werden. Unter Anhörung verschiedenster Interessengruppen und Fachpersonen aus Wissenschaft, Gesellschaft und Politik versuchten die Richter herauszufinden, wie viel Nacktheit mit dem sogenannten Durchschnittsempfinden der Menschen vereinbar sei. Als erste Gerichtsverhandlung dieser Art gilt der Prozess gegen den Publizisten Karl Vanselow (1877–1959) und dessen Zeitschrift *Die Schönheit*, der 1907 viel Aufmerksamkeit erregte. In seinem Urteil hielt der Richter fest, dass Aktfotos nicht grundsätzlich unsittlich seien. Es komme vielmehr auf den Kontext und die Darstellungsweise an, ob eine Nacktdarstellung sexuell aufreizend wirke.¹⁰⁵⁰ Mit genau dieser Argumentation versuchte sich auch Fankhauser 1926 in Bern zu verteidigen:

1048 Eduard Fankhauser, Nacktheit vor Gericht. Bern/Lauf bei Nürnberg 1930, S. 9.

1049 Ebd., S. 19.

1050 Vgl. Christina Templin, *Medialer Schmutz. Eine Skandalgeschichte des Nackten und Sexuellen im Deutschen Kaiserreich 1890–1914*, Bielefeld 2016, S. 83–124.

Nichts läßt im Normalmenschen die Phantasie so entwickeln, wie der halbverhüllte Körper. Die Sinnlichkeit wird dadurch unnormal gesteigert. – Hat nun der so von der heutigen Mode aufgepeitschte Mensch Gelegenheit, den vollständig nackten idealen Menschen zu betrachten, so schwinden die falschen Vorstellungen, damit die überreizte Sinnlichkeit und verleiht dem Betrachter Sinn für das Natürliche.¹⁰⁵¹

Mit seinen Ausführungen über diese natürliche Nacktheit hatte Fankhauser jedoch vor dem *Berner Amtsgericht IV* keinen Erfolg. Er wurde zu einer Zahlung von 30 Schweizerfranken verurteilt und durfte die FKK-Publikationen nicht mehr öffentlich zum Kauf anbieten.¹⁰⁵²

Im Revisionsverfahren vor dem *Berner Obergericht* erhielt der Schweizer FKK-Pionier Unterstützung durch Franklin Bircher-Rey (1896–1988), der in Bern eine Arztpraxis leitete und sich wie sein Vater Maximilian Bircher-Benner für Naturheilkunde und lebensreformerische Gesundheitspraktiken interessierte. Wichtige Hilfeleistungen erhielt Fankhauser auch aus Deutschland, wo Robert Laurer (1899–1954) bereits zwei vergleichbare Prozesse gegen seine FKK-Zeitschrift *Lachendes Leben* für sich entscheiden konnte. Mit diesem Beistand entschied Fankhauser das zweitinstanzliche Verfahren für sich. Der Richter begründete sein Urteil mit den sich rasant wandelnden Moralvorstellungen:

Die Darstellung nackter menschlicher Körper ist an und für sich nicht unsittlich oder objektiv anstößig. Diese Auffassung kann heute wohl als allgemein anerkannt gelten. [...] Noch vor vielleicht zwanzig Jahren hätten die Bilder, die Gegenstand des vorliegenden Urteils bilden, bei den meisten Leuten Anstoß erregt. Das heute vorherrschende Empfinden in dieser Hinsicht ist aber gegenüber dem früheren viel freier geworden.¹⁰⁵³

Weiter betonte der Richter, dass die FKK-Bewegung das „Recht auf Propagierung der von ihnen vertretenen Anschauungen“ habe.¹⁰⁵⁴ In seinem 1930 veröffentlichten Buch *Nacktheit vor Gericht* bezeichnete Fankhauser das Urteil als „praktische Bestätigung“ der Freikörperkultur in der Schweiz.¹⁰⁵⁵

Einerseits stärkte dieser Gerichtsentscheid die Stellung der FKK-Bewegung in der Schweiz. Zugleich mussten sich die Anhänger der Freikörperkultur für

1051 Fankhauser, *Nacktheit vor Gericht*, S. 12.

1052 Vgl. Ebd., S. 20.

1053 Fankhauser, *Nacktheit vor Gericht*, S. 75 f u. 81; siehe dazu auch die Prozessakten: Staatsarchiv Bern (StaB), BB 15.1.152. Für eine ausführliche Aufarbeitung der beiden Prozesse siehe auch: Hopmann, *Die Anfänge der Schweizer Freikörperkultur*, S. 62–80.

1054 Fankhauser, *Nacktheit vor Gericht*, S. 76.

1055 Ebd., S. 81.

weitere juristische Auseinandersetzungen wappnen. Darum gründeten sie 1927 „zum gemeinsamen juristischen schutz“ den *Schweizerischen Lichtbund* (ab 1938 *Organisation Nacktbadender Schweizer*).¹⁰⁵⁶ Die Zentralstelle wurde in Bern unter der Leitung von Eduard Fankhauser eröffnet. Bald darauf bildeten sich vor allem in der Deutschschweiz zahlreiche Ortsgruppen. Die neue Organisation beschäftigte sich aber nicht nur mit dem Nacktbaden, sondern propagierte auch zahlreiche andere lebensreformerische Gesundheitspraktiken wie sie Zimmermann in *Lichtwärts* und *Tao* propagierte:

jeder lichtfreund, der sich praktisch in der freikörperkultur betätigen will, sollte sich unbedingt mit den fragen der abstinenz und des vegetarismus beschäftigen. enthalt-samkeit von alkohol und nikotin (tabak) und mäßigkeit im fleischgenuß sind für den lichtfreund selbstverständlichkeiten bei den zusammenkünften. wer das wesentliche über diese lebensfragen kennen lernen will, lese das buch ‚lichtwärts‘ von werner zim-mermann.¹⁰⁵⁷

Der *Schweizerische Lichtbund* war nicht einfach nur ein Nacktbadeverein, sondern eine umfassende, lebensreformerische Organisation. Er war der Kulmina-tionspunkt der lebensreformerischen Jugendbewegung, die Anfang der 1920er Jahre aus den reformpädagogischen Kreisen der *Schweizerischen Pädagogi-schen Gesellschaft* hervorgegangen war und sich anschliessend hinter Zim-mermanns *Tao*-Zeitschrift versammelt hatte. Mit seinem Reformprogramm erregte der *Schweizerische Lichtbund* auch in anderen lebensreformerischen Bewegungen in der Schweiz grosse Aufmerksamkeit. Unter anderem lobte Max Bircher-Benner den „moralische[n] Mut und ein[en] kraftvolle[n] revolutio-näre[n] Verwirklichungswille[n]“ der „Werner-Zimmermann-Bewegung“.¹⁰⁵⁸ Auch die *Volksgesundheit* nahm von der neuen Organisation Notiz und dankte Fankhauser „für das aufrichtige Bestreben, dieser guten Sache zu dienen“.¹⁰⁵⁹

Nach der Vereinsgründung begann die FKK-Bewegung erste Treffpunkte für ihre Mitglieder aufzubauen. Dazu kaufte Fankhauser 1930 ein Grundstück in Mörigen am Bielersee und eröffnete darauf ein erstes Licht- und Luftbad. Nach Konflikten mit der Gemeinde zog der *Lichtbund* 1937 nach Thielle an

1056 O. A., Berichte, in: *Tau*, 4/35 (1927), S. 25; siehe zur Geschichte des Schweizerischen Lichtbundes im 20. Jahrhundert: Locher/Rindlisbacher, „Innere Verwandtschaft braucht keine Organisation“, S. 221–244.

1057 O. A., satzung des schweizerischen lichtbundes, in: *die neue zeit*, 3/6 (1932), S. 120.

1058 Maximilian Oskar Bircher-Benner, Entfesselungsversuche – „Die neue Zeit“, in: *Der Wendepunkt im Leben und im Leiden*, 6/9 (1929), S. 476.

1059 O. A., „Die neue Zeit“, in: *Volksgesundheit*, 22/11, (1929), S. 176.

den Neuenburgersee weiter. Dieses Gelände erhielt den Namen *die neue zeit*. Es entwickelte sich in den Folgejahren nicht nur zum wichtigsten Treffpunkt der FKK-Anhänger in der Schweiz, sondern bildete auch einen Knotenpunkt der transnational vernetzten Lebensreformbewegung. Neben dem nackten Licht- und Luftbad, Gymnastik- und Turnübungen und anderen sportlichen Aktivitäten veranstaltete der FKK-Verein auch regelmässig Vorträge, Foto- und Filmprojektionen, künstlerische Aufführungen und Versammlungen. Nicht zuletzt diente es als Feriengelände mit Campingplatz. Den lebensreformerischen Zielen folgend, herrschten in Thielle strikte Fleisch-, Alkohol- und Tabakabstinenz.¹⁰⁶⁰

Die gemeinsame Nacktheit auf dem Gelände wurde mit strikten Verhaltensrichtlinien reglementiert. Schliesslich musste sich die FKK-Bewegung nicht nur gegen Kritik aus der Öffentlichkeit schützen, sondern auch die Sicherheit der eigenen Teilnehmenden gewährleisten. Dazu wurden Zugangskontrollen zum abgegrenzten FKK-Gelände eingeführt. Nur dazu berechnigte oder überprüfte Personen durften es betreten. Auf Belästigung und Übergriffe wurde mit einer Untersuchung durch die Zentralstelle reagiert, die zum Ausschluss der beschuldigten Mitglieder führen konnte.¹⁰⁶¹ Ein weiteres Kontrollinstrument waren die strengen Aufnahmekriterien. Die Aufnahmewilligen benötigten die Empfehlung eines aktiven Mitgliedes, um sich dem Verein anschliessen zu können. Nur wer einen einwandfreien Leumund besass und sich zu den lebensreformerischen Idealen der Freikörperkultur bekannte, durfte sich dem *Lichtbund* anschliessen. Dazu mussten alle neuen Mitglieder einen umfangreichen Fragebogen ausfüllen, der einerseits das soziale Umfeld und andererseits die Motivation der Bewerber und Bewerberinnen prüfte. Neben allgemeinen Angaben zu Wohnort, Beruf und Konfession enthielt er Fragen über Freizeitaktivitäten, Interessen und den alltäglichen Lebensstil. Nicht zuletzt mussten die neuen Mitglieder auch Angaben über ihren Gesundheitszustand machen.¹⁰⁶²

1060 Im Unterschied zu den meisten anderen FKK-Campingplätzen und -treffpunkten, die sich nach dem Zweiten Weltkrieg dem freizeitorientierten Nudismus öffneten, behielten die lebensreformerischen Regeln in Thielle auch nach 1945 ihre Gültigkeit. Das Schweizer FKK-Gelände in Thielle gilt damit als eine der letzten Bastionen einer strikten Lebensreform; siehe zur Entwicklung der Schweizer FKK-Bewegung nach 1945: Locher, *Natürlich, nackt, gesund*, S. 296–314.

1061 Vgl. Eduard Fankhauser, *besuchsordnung des lichtgeländes ‚die neue zeit‘ am bielersee*, in: *die neue zeit*, 3/3 (1931), S. 56 f.; siehe dazu auch: Locher/Rindlisbacher, *„Innere Verwandtschaft braucht keine Organisation“*, S. 231–238.

1062 Vgl. o. A., *Fragebogen*, in: *die neue zeit*, 3/36 (1931), S. 121.

Ein lebensreformerischer Verein für junge, urbane Menschen aus den neuen Mittelschichten

Die Analyse dieser seriellen Quellen ermöglicht einen sozialgeschichtlichen Einblick in die Mitgliederbasis des *Schweizerischen Lichtbundes* im Jahr 1932/33.¹⁰⁶³ Wie in Deutschland war die Freikörperkultur auch in der Schweiz ein urbanes, protestantisch geprägtes Phänomen, das sich vor allem in der Deutschschweiz ausbreitete. Die überwältigende Mehrheit der untersuchten Mitglieder kam aus Bern (29), Zürich (27) und anderen Deutschschweizer Städten. Lediglich vier Personen gaben Genf als Wohnort an. Ebenso wenige Mitglieder kamen aus katholischen Orten wie Luzern (2). Eduard Fankhauser veröffentlichte 1934 eine Auflistung der Mitglieder, die eine ähnliche regionale Verteilung zeigte: So lagen Schwerpunkte in Bern (330), Zürich (232) und Basel (100), während die Innerschweiz, Freiburg, das Wallis und die anderen frankofonen Kantone nur wenige Mitglieder zählten.¹⁰⁶⁴ Die religiöse Verteilung war entsprechend auch sehr eindeutig: Zwei Drittel der Befragten bezeichneten sich als protestantisch, ein Viertel als konfessionslos und nur sechs Personen als katholisch. Ausserdem waren fast drei Viertel der untersuchten Mitglieder zwischen 20 und 34 Jahre alt. Kaum jemand war älter als vierzig Jahre. Dieser niedrige Altersdurchschnitt bestätigt die Annahme, dass der *Schweizerische Lichtbund*

1063 Die Auswertung stützt sich auf die ersten noch verfügbaren 89 Mitgliederkarten aus dem Gründungsjahr 1932/33. Es sind jedoch nicht mehr alle Fragebögen aus diesem Jahr vorhanden, weil die Karten der ausgetretenen Mitglieder aus dem Archiv entfernt wurden. Die Überlieferung der Quellen ist deshalb nicht vollständig. Tendenziell wurden eher die Fragebögen jener Mitglieder überliefert, die sich stärker mit den Grundsätzen der Bewegung identifizierten und deshalb nicht ausgetreten sind. Die Auswertung kann deshalb Verzerrungen unterliegen, die jedoch durch die Verwendung ergänzter Quellen so weit wie möglich ausgeglichen wurden. Auffallend ist beispielsweise, dass im Jahr 1932/33 über 80 % der Mitglieder männlich waren. Diese Geschlechterverteilung ist einerseits darauf zurückzuführen, dass für Männer das Nacktbaden in den frühen 1930er Jahren weniger umstritten war als für Frauen. Die Hürde, sich einem FKK-Verein anzuschliessen, war entsprechend kleiner. Es ist aber auch möglich, dass die Ehepartnerinnen der männlichen Mitglieder keinen eigenen Fragebogen ausfüllten oder dass sie erst später in den *Lichtbund* eintraten. Wie Eva Locher in ihrer Auswertung der Fragebögen nach 1950 zeigt, glich sich das Geschlechterverhältnis in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts an: vgl. Locher, Natürlich, nackt, gesund, S. 289.

1064 Vgl. Eduard Fankhauser, Verteilung der Mitglieder des SLB, in: die neue zeit, 6/4 (1934), S. 96.

vor allem ein junges Publikum anzog. Insbesondere junge Erwachsene, die bereits in Zimmermanns lebensreformerischer Jugendbewegung aktiv waren, begeisterten sich für die Freikörperkultur und traten dem *Lichtbund* bei.

Die Verteilung der Berufe lässt keinen Zweifel daran, dass sich vor allem Menschen aus den neuen Mittelschichten für die lebensreformerischen Praktiken im *Lichtbund* interessierten. Obwohl in der Schweiz um 1930 die meisten Menschen im Industriesektor arbeiteten, waren die Mitglieder des *Lichtbundes* überwiegend in Dienstleistungsberufen tätig. Neben kaufmännischen Berufen in Büros, Banken und Versicherungen, gab es viele Beamte, Techniker, Ingenieure, Ärzte und Lehrer, aber auch einige Handwerker wie Gipser, Schumacher, Uhrmacher und Mechaniker. Nur drei Personen aus der Stichprobe nannten typische Industriebetriebe wie Schlosser oder Maschinist. Im landwirtschaftlichen Bereich war gar niemand tätig. Die meisten weiblichen Mitglieder bezeichneten sich als Hausfrauen. Fankhauser zeichnete 1929 ein ähnliches Bild der Mitgliederbasis. Er schlüsselte die Berufe folgendermassen auf: „9 % Kaufleute; 6 % Techniker; je 5 % Hausmütter, kaufm. Angestellte und Mechaniker; 4 % Beamte; je 3 % Hilfsarbeiter, Ingenieure, Lehrer, Maler, Schlosser, Schneiderinnen und Scheider, Seminaristen, Zeichner, Bahnangestellte, Weberinnen und Weber.“¹⁰⁶⁵

Die Fragebögen gewähren auch einen vertieften Einblick in die Vernetzung der verschiedenen lebensreformerischen Organisationen in der Schweiz. Wo sonst nur die Zusammenarbeit zwischen den Vereinen und Führungspersonen untersucht werden kann, zeigen die Fragebögen auch die Kontakte der normalen Mitglieder. Wenig überraschend waren viele der Befragten in Sport-, Turn- oder Alpenvereinen aktiv. Das unterstreicht die enge Verbindung der Freikörperkultur mit sportlichen Aktivitäten. Auf die Frage, ob sie Sport treiben, antworteten über 90 % mit Ja. Neben Turnen, Gymnastik und Wassersportarten zählte Skifahren und Bergwandern zu den beliebtesten Aktivitäten der Befragten. Sehr deutlich zeigen sich im untersuchten Material die Überschneidungen mit Werner Zimmermanns jugendbewegten Kreisen. Viele Mitglieder gaben an, durch den Schweizer Lebensreformer zum *Lichtbund* gestossen zu sein. Es gab Doppelmitgliedschaften im *Freiwirtschaftsbund* und dem *Schweizer Wandervogel*, aber auch mit den *Pfadfindern* und den *Naturfreunden*. Andere lebensreformerische Gruppen wie lokale Naturheilvereine,

1065 Eduard Fankhauser, Satzung des Schweiz. Licht-Bundes, in: die neue zeit, 1/1 (1929), S. 23.

der *Verein für Volksgesundheit*, Abstinenzbünde und Mazdaznan-Gruppen wurden ebenfalls genannt. Diese Überschneidungen mit weiteren Bereichen der Schweizer Lebensreformbewegung zeigten sich auch bei der Frage nach regelmässig gelesenen Zeitschriften. Neben Tageszeitungen und Illustrierten nannten viele Mitglieder Zimmermanns *Tao*-Zeitschrift, die *Freiwirtschaftliche Zeitung*, Bircher-Benners *Wendepunkt* und die naturheilkundliche *Volksgesundheit*.

Die Fragebögen geben nicht zuletzt einen Einblick in die Lebensweise der Mitglieder. Im Unterschied zu den publizierten Inhalten der Zeitschriften und Bücher vermitteln diese unveröffentlichten und sogar geheim gehaltenen Informationen ein aufschlussreiches Bild über die konkrete Verbreitung lebensreformerischer Gesundheitspraktiken innerhalb einer wichtigen lebensreformerischen Organisation in der Schweiz. Knapp 60 % der untersuchten Mitglieder bezeichneten sich als Nichtraucher, die Hälfte verzichtete auf Alkohol und nur ein Viertel ernährte sich strikt vegetarisch. Insgesamt folgte damit nur ein kleiner Teil der Mitglieder einer konsequent abstinenten und vegetarischen Lebensweise, wie es Zimmermann propagierte. Trotzdem bezeichneten sich fast 60 % der Mitglieder als Lebensreformer. An dieser Diskrepanz wird deutlich, wie stark Anspruch und Wirklichkeit in lebensreformerischen Bewegungen auseinanderklafften und wie vieldeutig der „Lebensreform“-Begriff verwendet wurde. Kaum ein Drittel der untersuchten Mitglieder trat in den *Lichtbund* ein, weil sie dort die besten Möglichkeiten zur praktischen Umsetzung lebensreformerischer Aktivitäten vorfanden. Die überwältigende Mehrheit war lediglich auf der Suche nach Gleichgesinnten, die ähnliche Ziele und Ideale verfolgten. Konsequente Lebensreformer und Lebensreformerinnen gab es selbst im *Schweizerischen Lichtbund* nur wenige.

Der Kampf um die Deutungshoheit: Der nackte Körper zwischen Erziehung, Befreiung und Missbrauch

Ab 1929 gab Eduard Fankhauser *die neue zeit* als Publikationsorgan des *Schweizerischen Lichtbundes* heraus. Es dokumentierte nicht nur die Aktivitäten der aufstrebenden FKK-Bewegung in der Schweiz, sondern propagierte ähnlich wie *Tao* auch zahlreiche lebensreformerische Praktiken. Aber im Unterschied zu Zimmermanns Zeitschrift erschien *die neue zeit* in einer viel grösseren Auflage von 9'000 bis 15'000 Exemplaren. Sie erreichte damit wesentlich mehr Leser und Leserinnen als der *Lichtbund* Mitglieder hatte. Diese Zahl lag in den 1930er Jahren bei rund 700 Personen und stieg erst nach dem Zweiten Weltkrieg

die neue zeit



Abbildung 11: Jung, schlank und gesund: die heteronormative Kleinfamilie wurde in der Zeitschrift häufig als Zielgruppe der FKK-Bewegung gezeigt und angesprochen. (1930)

auf einige Tausend an.¹⁰⁶⁶ Wie Zimmermann betonte, sollte diese „bebilderte schwesterzeitschrift“ seiner *Tao*-Zeitschrift einen „breiten leserkreis“ ansprechen, der mit Freikörperkultur und Lebensreform nicht vertraut war, jedoch durch die „prächtigen aktbilder angelockt“ werden sollte. Weiter erklärte Zimmermann: „Dadurch trägt [*die neue zeit*] unsere gedanken in kreise, die uns sonst verschlossen blieben.“¹⁰⁶⁷

Im Vergleich zur textlastigen *Tao*-Zeitschrift setzte *die neue zeit* auf grossformatige, teilweise farbige Bilder, die fast ausschliesslich nackte Menschen bei Freizeitaktivitäten in der Natur oder dem Camping-Alltag in Thielle zeigten.

1066 Vgl. Eduard Fankhauser, Bericht über das Erste europäische Freikörperkultur-treffen, in: *die neue zeit*, 2/3 (1930), S. 55.

1067 Werner Zimmermann, Bücher, in: *Tau*, 7/78 (1930), S. 32.

Ob beim Schwimmen, Turnen, Tanzen oder sogar Skifahren – überall zeigten sich die Mitglieder des *Lichtbundes* unbekleidet. Mit dieser bildgewaltigen Aufmachung gehörte *die neue zeit* zu einer neuen Generation illustrierter FKK-Zeitschriften, die sich in der Zwischenkriegszeit nicht nur im deutschsprachigen Raum ausbreiteten. Im Unterschied zur dezenten, an neoklassizistischen Vorbildern ausgerichteten Aktfotografie der Vorkriegszeit rückten die neuen FKK-Zeitschriften die nackten Körper viel direkter in den Fokus des Betrachters und scheuten sich auch nicht, die Geschlechtsteile abzubilden.¹⁰⁶⁸ Neben dieser zunehmenden Objektivierung der nackten Körper deutet vor allem die gewaltige Differenz zwischen Auflagehöhe und Mitgliederzahl darauf hin, dass die lebensreformerischen Erziehungsideale beim Kauf der Zeitschrift oft in den Hintergrund rückten und *die neue zeit* nicht selten als Erotikmagazin wahrgenommen wurde. Wie Eva Locher betont, hatten die FKK-AktivistInnen letztlich keine Möglichkeit, die Deutungshoheit über die gezeigten Nacktbilder sicherzustellen.¹⁰⁶⁹

Die Diskrepanz zwischen dem intendierten Erziehungsideal, das im Prozess gegen Fankhauser sogar juristisch abgesegnet wurde, und der tatsächlichen, voyeuristischen Lustbefriedigung der Leser und Leserinnen war besonders problematisch, weil *die neue zeit* häufig auch nackte Kinder und Jugendliche abbildete.¹⁰⁷⁰ So gab es bereits in den 1930er Jahren Anzeichen, dass Pädophile die Argumente der Nackterziehung und die damit verbundenen Natürlichkeitsdiskurse nutzten, um sich Zugriff auf Minderjährige zu verschaffen. Wie zuvor in der Jugendbewegung und der Reformpädagogik gab es auch in der FKK-Bewegung einzelne Akteure, die die Machtungleichheit zwischen Lehrer und Schüler ausnutzten, um Kinder zu missbrauchen.¹⁰⁷¹ Unter anderem berichtete *die neue zeit* 1932 über einen Prozess gegen einen Zürcher Lehrer, der

1068 Vgl. Viktoria Schmidt-Linsenhoff, ‚Körperseele‘, Freilichtakt und Neue Sinnlichkeit, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989, S. 124–128.

1069 Vgl. Locher, Natürlich, nackt, gesund, S. 343 ff.

1070 Unter anderem erschien 1931 in der *neuen zeit* ein Artikel über „das nackte Kind“ mit einer Collage aus Fotos von nackten Kindern: vgl. Hans Reinsch, Das nackte Kind, in: *die neue zeit*, 3/1 (1931), S. 7 f.

1071 Während es seit einigen Jahren Forschung über sexuellen Missbrauch an Kindern und Jugendlichen in der Reformpädagogik- und Jugendbewegung gibt, fehlen Studien über Übergriffe in Organisationen der FKK-Bewegung; siehe für einige Hinweise auch: Füller, Die Revolution missbraucht ihre Kinder, S. 101–105; Reiß, „Renaissance des Eros Paidikos“, S. 61–75.

wiederholt zwei 12- und 13-jährige Schülerinnen bei nackten Gymnastikübungen in einem abgedunkelten Klassenraum fotografiert hatte.¹⁰⁷² Das Bezirksgericht in Zürich verurteilte den Beschuldigten „wegen wiederholter Vornahme unzüchtiger Handlungen mit Kindern“ zu einer viertägigen Gefängnisstrafe und 50 Franken Bussgeld. Das Zürcher Obergericht kippte jedoch das Urteil mit der Begründung, es gäbe keinerlei Anhaltspunkte, dass der Lehrer „unzüchtige Handlungen“ beabsichtigt habe. Vielmehr sei „die Erotik [...] erst durch die anderthalb Jahre später einsetzende Untersuchung in diese Angelegenheit hineingetragen worden.“ Das Gericht folgte damit der Argumentation des Verteidigers, dass nicht der Lehrer etwas Unsittliches verbrochen habe, sondern erst der Ankläger die Handlung sexualisiert habe. Der Berichterstatter der *Neuen Zürcher Zeitung* übernahm dieser Deutung und betonte, dass es sich bei dem Vorfall um eine „harmlose, saubere Angelegenheit“ gehandelt habe. Vielmehr rühmte der Journalist den Lehrer für seinen Einsatz „für ein unbefangenes Verhältnis zum nackten Körper“.¹⁰⁷³ Auch die *National-Zeitung* lobte den Gerichtsentscheid ganz im Duktus der FKK-Bewegung als „Ablehnung einer heuchlerischen Feigenblattmoral“. Beide Zeitungen gaben letztlich den Schülerinnen die Verantwortung für den Vorfall, weil sich diese aus freien Stücken entkleidet hätten.¹⁰⁷⁴ Sowohl das Gericht als auch die Berichterstatter in den beiden grossen Schweizer Tageszeitungen übernahmen weitgehend die freikörperkulturelle Deutung, dass Nacktheit im Kontext gesundheitsfördernder Körperübungen und erzieherischer Massnahmen nicht sexuell anregend sei und deshalb kein Missbrauch vorliegen könne.

In einen ähnlich gelagerten Fall war auch Zimmermann in den frühen 1930er Jahren verwickelt. Dabei ging es um die Publikation einer Abhandlung, die sexuelle Handlungen mit Kindern als „psychosexuelle Heilbehandlung“ propagierte. Unter dem Pseudonym P.N. Teulon schilderte ein englischer Sexualtherapeut in diesem – möglicherweise fiktiven – Text die Behandlung eines 10- bis 14-jährigen Mädchens, das unter Angststörungen leidet. Detailliert beschreibt der Arzt, wie er mit verschiedenen Sexualpraktiken den Heilungsprozess anregt und das Mädchen dadurch zu einer gesunden, jungen Frau heranwächst. Zimmermann legte die Übersetzung der Schrift im Juni 1930 der *Tao*-Zeitschrift bei und verkaufte sie später auch als Monografie.¹⁰⁷⁵

1072 Vgl. o. A., wieder ein freispruch! In: die neue zeit, 4/4 (1932), S. 76 f.

1073 O. A., Eine Rehabilitation, in Neue Zürcher Zeitung, 29. September 1932.

1074 O. A., Blitzlicht und Feigenblatt, in: National-Zeitung, 29. September 1932.

1075 Vgl. P. N. Teulon, Psycho-sexuelle Heilbehandlung, Lauf bei Nürnberg 1930.

Die Schilderungen des anonymen Arztes erinnern an Methoden, die im 19. und frühen 20. Jahrhundert bei der Behandlung der sogenannten Hysterie zur Anwendung kamen. Die vermeintliche Krankheit wurde seit der Antike auf Störungen der weiblichen Geschlechtsorgane oder der Gebärmutter zurückgeführt.¹⁰⁷⁶ Ärzte verordneten dagegen Geschlechtsverkehr oder massierten die Klitoris ihrer Patientinnen, um die Symptome zu lindern. Auch in Naturheilanstalten wie John Harvey Kelloggs *Battle Creek Sanatorium* gab es derartige Therapieangebote. Um die Effizienz ihrer Behandlungen zu steigern, entwickelten Ärzte im ausgehenden 19. Jahrhundert die ersten Vibratoren.¹⁰⁷⁷

Sigmund Freud definierte die Hysterie um 1900 als psychische Krankheit, die durch unterdrückte sexuelle Neigungen entsteht. In seinen Abhandlungen zur Sexualtheorie weitete er diesen Ansatz auch auf Kinder und Jugendliche aus. Die Sexualität erscheint darin als wichtiger Faktor in der psychischen Entwicklung des Menschen.¹⁰⁷⁸ Vor diesem psychoanalytischen Hintergrund wurde auch die Teulon-Schrift verfasst. So ist sie als Therapie gegen sexuelle Entwicklungsstörungen in der Pubertät zu verstehen. Zimmermanns Interesse an diesem Text ist darauf zurückzuführen, dass er selbst Anhänger dieser psychoanalytischen Sexualreform war. Darum verteidigte er diesen Therapieansatz vehement gegen seine Kritiker:

Werden Regungen und Wünsche, die an sich ganz harmlos und natürlich, jedoch durch die vorherrschende Sitte und Moral verpönt sind, gewaltsam und ängstlich unterdrückt, so können die Seelenkräfte sich stauen und müssen sich in grotesken Krankheitsbildern und Hemmungserscheinungen ausleben. Finden sie dagegen schlichte selbstverständliche Anerkennung und, soweit keine Schädigung zu erwarten, auch Befriedigung, so lösen sich die inneren Spannungen und Verkrampfungen. Das Strömen der Kräfte wird gesund und dient schöpferischem Aufbau.¹⁰⁷⁹

Es sei deshalb schädlich, schreibt Zimmermann, Sexualpraktiken wie die „Selbstbefriedigung“ zu tabuisieren. Nicht die körperliche Praktik, sondern das damit verbundene „Sündenbewußtsein“ wirke sich negativ auf den Menschen

1076 Vgl. Rachel P. Maines, *The Technology of Orgasm. „Hysteria“, the Vibrator, and Women’s Sexual Satisfaction*, Baltimore 1999, S. 21–42.

1077 Vgl. ebd., S. 67–100.

1078 Vgl. Josef Breuer/Sigmund Freud, *Studien über Hysterie*, Leipzig 1895; Sigmund Freud, *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie*, Leipzig 1905; siehe zur „infantilen Sexualität“ auch: Ilka Quindeau, *Verführung und Begehren. Die psychoanalytische Sexualtheorie nach Freud*, Stuttgart 2008, S. 51–93.

1079 Werner Zimmermann, *Grosse Zeiten und Mückenstiche*, in: *Tau*, 8/91 (1931), S. 7.

aus. Ebenso habe auch die „Pornographie“ eine Existenzberechtigung, weil sie in gewissen Fällen ein „sozial wertvolles ableitendes Ventil darstellen“ könne.¹⁰⁸⁰ Psychoanalytiker und Sexualreformer wie Max Hodann oder Magnus Hirschfeld hätten sich längst für eine „solch unbefangene Betrachtungsweise“ ausgesprochen.¹⁰⁸¹ Insbesondere die Jugend werde sich nicht mehr mit „Märchen, mit Verheimlichungen, mit Verboten und Geboten, mit Drohungen und Verheißungen“ zufriedengeben.¹⁰⁸² Zimmermann beteiligte sich damit an einem sexuellen Befreiungsdiskurs, der im Verlauf des 20. Jahrhunderts dazu führte, dass Sexualität enttabuisiert wurde, der zugleich aber auch eine problematische Entgrenzung der Sexualität anstieß.¹⁰⁸³ So beschrieb er die „psychosexuelle Heilbehandlung“ in der Teulon-Schrift als „ein erzieherisch richtiges Verhalten“.¹⁰⁸⁴ Er ging dabei aber in keiner Weise, auf die darin beschriebene, asymmetrische Machtkonstellation zwischen dem behandelnden Psychotherapeuten und seiner minderjährigen Patientin ein.

Zimmermann erntete für diese Publikation nicht nur viel Kritik von seinem eigenen Anhänger und Anhängerinnen, sondern musste sich auch vor Gericht verantworten. Zuerst hatte jedoch der *Schweizerische Bund gegen unsittliche Literatur* und die *Kantonale Zürcher Vereinigung für sittliches Volkswohl* die Leiterin des *Neue-Zeit*-Verlags in Zürich wegen der Verbreitung „unsittlicher Literatur“ angeklagt. Nach zwei Freisprüchen am Zürcher Bezirksgericht (1931) und Obergericht (1933) zogen die Ankläger den Fall weiter nach Bern, wo sie Zimmermann und Fankhauser ins Visier nahmen. Die beiden Lebensreformer stützten sich in ihrer Verteidigung auf zwei Expertengutachten, die das Zürcher Obergericht in Auftrag gegeben hatte, um den wissenschaftlichen Wert der Teulon-Schrift abzuklären. Darin bestätigten die beiden Professoren Willi von Gonzenbach (1880–1955) und Eugen Bleuler die Wissenschaftlichkeit der umstrittenen Publikation. Beide lobten zudem Zimmermann als wichtigen Vorkämpfer einer neuen Körper- und Sexualmoral und betonten den erzieherischen Wert der Freikörperkultur. Über das Alter der „behandelten“ Patientin in der Teulon-Schrift verloren sie wie Zimmermann aber kein Wort.¹⁰⁸⁵ Den

1080 Ebd., S. 8.

1081 Ebd., S. 7.

1082 Ebd., S. 9.

1083 Siehe dazu: Meike Sophia Baader et al. (Hg.), *Tabubruch und Entgrenzung. Kindheit und Sexualität nach 1968*, Köln 2017.

1084 Werner Zimmermann, *Grosse Zeiten und Mückenstiche*, in: *Tau*, 8/91 (1931), S. 7.

1085 Vgl. Werner Zimmermann/Eduard Fankhauser, *kampf um wahrhaftigkeit*, in: *Tau*, 11/126 (1934), S. 1–25.

medizinischen Autoritäten folgend, sprach auch das Berner Gericht Zimmermann und Fankhauser frei. Postwendend begannen die beiden Lebensreformer den Restbestand der Teulon-Schrift wieder zum Verkauf anzubieten.¹⁰⁸⁶

Wie Eva Locher zeigt, gingen die kontroversen Debatten und juristischen Auseinandersetzungen über die Grenzen des Darstellbaren und die Deutungshoheit über den nackten Körper auch in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts weiter. Seit den 1950er Jahren setzten immer mehr FKK-Publikationen auf explizit erotisierte Nacktdarstellungen und positionierten sich unverhohlen als Erotikmagazine. Obwohl *die neue zeit* weiterhin ihre Fotos mit lebensreformerischen Gesundheitsidealen verknüpfte, zeigte auch die Schweizer FKK-Zeitschrift immer öfter grossformatige, objektivierende Nacktaufnahmen junger Frauen und Fankhauser vermarktete die Zeitschrift in einschlägigen Buchhandlungen, um den Absatz zu steigern.¹⁰⁸⁷ Nicht zuletzt weist Eva Locher auf die Kontakte der Schweizer FKK-Bewegung mit bekannten Pädophilen wie den Bremer Reformpädagogen Hajo Ortil (eigentlich Hans Joachim Oertel) hin, der in den 1950er bis 1970er Jahren hunderte Kinder und Jugendliche in seiner FKK-Jugendgruppe missbraucht haben soll und sich aktiv für die sogenannte Pädophilenbewegung einsetzte. Ob es auch in der Schweiz Übergriffe gab, wurde bisher nicht erforscht.¹⁰⁸⁸

1086 Vgl. Eduard Fankhauser, p.n. teulon, psychosexuelle heilbehandlung, in: *die neue zeit*, 6/4 (1934), S. 98.

1087 Vgl. Locher, *Natürlich, nackt, gesund*, S. 340–349. Diese Entwicklung vollzog sich auch in anderen Ländern. So beschreibt beispielsweise der Historiker Brian Hoffman, wie amerikanische FKK-Zeitschriften den Weg für pornografische Publikationen ebneten: Hoffman, *Naked*.

1088 Vgl. Locher, *Natürlich, nackt, gesund*, S. 349. Siehe dazu auch: Füller, *Die Revolution missbraucht ihre Kinder*, S. 101–105; siehe zur „Pädophilenbewegung“: Claudia Bundschuh, *Die sogenannte Pädophilenbewegung in Deutschland*, in: Meike Sophia Baader et al. (Hg.), *Tabubruch und Entgrenzung. Kindheit und Sexualität nach 1968*, Köln 2017, S. 85–100.

6. Wirtschaft und Gesellschaft verändern: Lebensreform als Politik

„Unpolitische“ Selbstreform, Politisierung des Privaten oder Parteipolitik? Ein neuer Blick auf die Lebensreform

Wie sich in den bisherigen Kapiteln zeigte, basierte die Lebensreform auf dem grundlegenden Prinzip der Selbstreform – das heisst, auf der individuellen Umgestaltung des persönlichen Lebensstils. Weil dadurch jeder Einzelne durch Ernährungsreform, Körperkultur oder Naturheilkunde die negativen Erscheinungen der Urbanisierung, Industrialisierung und Technisierung zu bewältigen suchte, rückte für viele Lebensreformer und Lebensreformerinnen die kollektive Veränderung der sozialen Verhältnisse, politischen Strukturen oder des Wirtschaftssystems in den Hintergrund. Die Gesellschaftsveränderung erschien vielmehr als sekundäres Ergebnis der individuellen Selbstveränderung. Weil sich die lebensreformerischen Gesundheitspraktiken auf den einzelnen Menschen fokussierten und sich damit in der Sphäre des Privaten abspielten, kritisierten viele zeitgenössische Beobachter die Lebensreform als eskapistisch oder unpolitisch.¹⁰⁸⁹ Schon Marx und Engels verspotteten im *Manifest der Kommunistischen Partei* die Aktivitäten der „Wohltätigkeitsorganisierer, Abschaffer der Tierquälerei, Mäßigkeitsvereinsstifter, Winkelreformer der buntscheckigsten Art“ als konservativen „Bourgeoisozialismus“. Die Anhänger dieser Art des Sozialismus würden sich zwar gegen soziale Missstände engagieren, indem sie die „materiellen Lebensverhältnisse“ der Menschen oberflächlich verbessern. Weil sie jedoch die zugrundeliegenden „bürgerlichen Produktionsverhältnisse“ unangetastet lassen, würden sie damit „den Bestand der bürgerlichen Gesellschaft“ sogar absichern, anstatt die soziale Ungleichheit an ihren Wurzeln zu bekämpfen.¹⁰⁹⁰

Wie im Kapitel 4.1 dargestellt, flammte dieser Richtungsstreit bereits um 1900 in der abstinenten Studentenverbindung *Libertas* auf, wo Max Tobler und Fritz Brupbacher mit ihren anarchosyndikalistischen Ideen auf viel Widerstand stiessen. Die meisten abstinenten Studenten und Studentinnen wollten keinen tiefgreifenden Wandel der vorherrschenden Gesellschafts- und

1089 Vgl. Krabbe, Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform, S. 14 f.

1090 Karl Marx/Friedrich Engels, Manifest der Kommunistischen Partei, Berlin ³⁵1970, S. 76 f.

Wirtschaftsordnung, sondern lediglich die negativen Auswirkungen des übermäßigen Alkoholkonsums auf die Menschen abmildern. Wegen dieser scheinbar oberflächlichen Reformversuchen, die soziale Verhältnisse unangetastet lassen, handelte sich die Lebensreformbewegung auch in der historischen Forschung den Vorwurf ein, soziale Konflikte privatisiert zu haben oder gar eine eskapistische Fluchtbewegung gewesen zu sein.¹⁰⁹¹ Der Historiker Marc Cluet fasste diese marxistische Kritik an selbstreformerischen Ansätzen treffend zusammen:

Die ‚Sonderbestrebungen‘ der Lebensreformbewegung zielen darauf hin, die Gesellschaft zu reformieren, unterlassen aber – auch da, wo sie kombiniert auftreten – die notwendigen Eingriffe in den gesellschaftlichen ‚Unterbau‘, sodass sie allenfalls kosmetisch wirken, für einige Zeit vielleicht Wohlbefinden und gute Laune schaffen, aber nicht auf die Dauer und vor allem nicht grundsätzlich.¹⁰⁹²

Gegen diese Interpretation lässt sich jedoch einwenden, dass lebensreformistische Gesundheitspraktiken zur Politisierung des Privaten beitrugen. Vermeintlich private Fragen der Gesundheit, Ernährung, Körperpflege, Sexualität, Erziehung und Freizeitgestaltung erhielten durch lebensreformistische Bewegungen eine gesamtgesellschaftliche Dimension und drangen damit im Verlauf des 20. Jahrhunderts zunehmend in die Sphäre des Politischen vor. Diese Handlungsstrategien wurden bisher vor allem mit neuen sozialen Bewegungen der Nachkriegszeit wie der neuen Frauenbewegung in Verbindung gebracht, die nicht mehr nur nach politischer Repräsentation und Gleichberechtigung im Berufsleben strebte, sondern alltägliche Ungleichheiten in den Geschlechterverhältnissen, Familienformen und Sexualbeziehungen kritisierte.¹⁰⁹³ Der Politikwissenschaftler Sebastian Haunss betont, dass dieser Ansatz unter der Bezeichnung „Politik der ersten Person“ in vielen weiteren Bewegungen nach 1968 an Popularität gewann.¹⁰⁹⁴ Die jüngere Forschung zur Lebensreform wie auch die vorliegende Studie konnten zudem zeigen, dass bereits um 1900 lebensreformistische Akteure spezifische Körpervorstellungen, Gesundheitsideale

1091 Siehe dazu u. a.: Frecot/Geist/Kerbes, *Fidus 1868–1948*.

1092 Marc Cluet, Vorwort, in: Ders./Catherine Repussard (Hg.), „Lebensreform“. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht, Tübingen 2013, S. 12.

1093 Siehe dazu u. a.: Ilse Lenz, *Die Neue Frauenbewegung in Deutschland. Abschied vom kleinen Unterschied, eine Quellensammlung*, Wiesbaden 2008.

1094 Vgl. Sebastian Haunss, *Antiimperialismus und Autonomie. Linksradikalismus seit der Studentenbewegung*, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.), *Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch*, Frankfurt a. M. 2008, S. 459–463.

und Ernährungsweisen politisierten, um soziale Normen infrage zu stellen und auf politische Entscheidungsfindungsprozesse Einfluss zu nehmen.¹⁰⁹⁵

Im nachfolgenden Kapitel geht es hingegen nicht um diese Form des Politischen, sondern um lebensreformerische Akteure, die sich an der Parteipolitik der Schweiz beteiligten, ihre Ziele im Parlamentsbetrieb verfolgten oder direkt-demokratische Instrumente nutzten. Im Kapitel 2.3 wurde bereits auf den *Zürcher Naturheilverein* hingewiesen, der sich über Jahrzehnte hinweg mit Initiativen und Referenden an der Reform des Zürcher Medizinalgesetzes beteiligte. Es ist nicht ungewöhnlich, dass soziale Bewegungen auf diese Weise am politischen Aushandlungsprozess teilnehmen oder aus ihnen sogar politische Parteien hervorgehen. Ein typisches Beispiel dafür ist die Umweltbewegung, die ihre Ziele, neben öffentlichen Protestaktionen und alternativen Wohn- und Unternehmensprojekten, immer auch durch politische Vorstöße, juristische Interventionen und Lobbyarbeit anstrebten.¹⁰⁹⁶ Zwar weisen Historiker und Historikerinnen schon lange darauf hin, dass auch lebensreformerische Akteure im frühen 20. Jahrhundert nicht nur durch selbstreformerische Praktiken auf die Gesellschaft Einfluss nahmen, sondern diese auch mit politischen Vorstößen zu verändern versuchten. Schon Wolfgang Krabbe führte neben den „spezifischen Lebensreformbestrebungen“ wie Freikörperkultur, Vegetarismus und Naturheilkunde auch „peripher-lebensreformerische Bestrebungen“ wie die Bodenreform-, Gartenstadt- und Siedlungsbewegung auf, die unter anderem eine Verstaatlichung des Bodenbesitzes und Währungsreformen anstrebten und genossenschaftliche Unternehmens- und Wohnmodelle zu etablieren versuchten. Diese politischen Vorstöße und Organisationsformen wurden jedoch meistens von den selbstreformerischen Praktiken abgetrennt untersucht. Während einige Sammelbände den Bogen zwischen beiden Bereichen andeuteten, blendeten die meisten Einzelstudien die Wechselwirkungen weitgehend aus.¹⁰⁹⁷

1095 Hier ist insbesondere noch einmal auf die Arbeiten von Maren Möhring und Corinna Treitel zu verweisen; siehe dazu auch: Detlef Siegfried/David Templin, Einleitung der Herausgeber, in: Dies. (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019, S. 18–24.

1096 Siehe dazu u. a.: Dieter Rucht/Jochen Roose, *Von der Platzbesetzung zum Verhandlungstisch? Zum Wandel von Aktionen und Struktur der Ökologiebewegung*, in: Dieter Rucht (Hg.), *Protest in der Bundesrepublik. Strukturen und Entwicklungen*, Frankfurt a. M./New York 2001, S. 173–210.

1097 Während das *Handbuch der deutschen Reformbewegungen* die boden- und wirtschaftsreformerischen Bereiche ausführlich in den Kapiteln „Gemeinschaft und Gesellschaft“ sowie „Leben und Arbeiten/Wirtschaften und Wohnen“ behandelt,

Marc Cluet beschreibt die Bodenreform sogar als „Anomalie“ in Krabbes Aufzählung lebensreformerischer Bestrebungen, weil es sich bei der Herauslösung des Bodens „aus der kapitalistischen Marktökonomie“ um eine „administrativ-juristische Angelegenheit“ handle, bei der die „unmittelbare Wirksamkeit einer veränderten Lebensweise oder veränderter Lebensumstände“ keine Rolle spiele.¹⁰⁹⁸ Andere Forschende verweisen jeweils auf die wichtige Bedeutung des Siedelns als idealtypische Verwirklichung des lebensreformerischen Strebens nach einer gesunden Lebensweise. So betont beispielsweise auch Bernd Wedemeyer-Kolwe, dass die Lebensreformer nur als Siedler „auf ideale Weise vegetarisch leben, Körperkultur betreiben und Naturheilkunde praktizieren“ konnten und sich darum das „reformerische Leben“ erst in der „Siedlungsgemeinschaft“ erfüllt habe.¹⁰⁹⁹ Dass sich diese Siedler und Siedlerinnen aber häufig auch in politischen Bewegungen und Parteien engagierten, um die wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen in ihrem Sinne zu verändern, wird oft nur beiläufig erwähnt. Im folgenden Kapitel wird hingegen gezeigt, dass lebensreformerische Akteure nicht nur durch individuelle Selbstreform am eigenen Körper und Geist arbeiteten, sondern mit politischen Handlungsstrategien auch eine Veränderung der soziokulturellen Rahmenbedingungen anstrebten. So wird der Zusammenhang zwischen den „peripher-lebensreformerischen Bestrebungen“ mit den „spezifischen Lebensreformbestrebungen“ herausgearbeitet. Im Fokus liegen dabei einerseits die Bodenreform, die dem lebensreformerischen Siedlungswesen vorausgehen sollte, und die Freiwirtschaft, die im Folgenden als wirtschaftspolitische Erweiterung der Lebensreform vorgestellt wird. Die beiden politischen Bestrebungen sollten die praktischen Voraussetzungen für die individuelle Umsetzung der lebensreformerischen Gesundheitspraktiken schaffen. Darum waren für einige Akteure wie Werner Zimmermann die persönliche Selbstveränderung und die

blendet der Darmstädter Katalog diese Aspekte weitgehend aus und konzentriert sich auf die selbstreformerischen Praktiken. Die wichtigsten Einzelstudien behandeln fast ausschliesslich „spezifische“ Bestrebungen wie Vegetarismus, Naturheilkunde, Ernährungsreform oder Freikörperkultur, ohne auf die boden- und wirtschaftsreformerische Ansätze der Lebensreform einzugehen. Eine Ausnahme ist hier unter anderem Judith Baumgartners Studie über die *Obstbausiedlung Eden*. Darin werden sowohl Aspekte der Ernährungsreform als auch der Bodenreform gezeigt: Baumgartner, Ernährungsreform – Antwort auf Industrialisierung und Ernährungswandel.

1098 Marc Cluet, Vorwort, S. 12.

1099 Wedemeyer-Kolwe, Aufbruch, S. 124.

politische Gesellschafts- und Wirtschaftsreform untrennbar miteinander verbunden.

Aufbau des Kapitels

Im ersten Unterkapitel werden die theoretischen Grundlagen der Freiwirtschaft erläutert und wie diese wirtschaftspolitischen Anliegen mit der Lebensreform verknüpft waren. Danach wird die Entwicklung der Schweizer Freiwirtschaftsbewegung vom intellektuellen Debattierclub im Umfeld des Berner Lehrerseminars bis zur politischen Partei dargestellt. Bekannte Schweizer Lebensreformer und Freiwirtschaftler traten dabei erstmals als Kandidaten bei Wahlen an und mischten im politischen System der Schweiz mit. Als Mitglieder des *Landesrings der Unabhängigen* wurden sogar einige von ihnen in den Nationalrat gewählt. Es wird auch geklärt, welche Rolle die Freiwirtschaftsbewegung im Kontext des sogenannten Frontenfrühlings spielte und wie sich freiwirtschaftliche Akteure zu Faschismus und Nationalsozialismus verhielten. Im dritten Teil werden Siedlungen und Gartenstädte als bodenreformerische und freiwirtschaftliche Praxisversuche vorgestellt. In keinem anderen Feld vermischten sich selbstreformerische Ansätze so stark mit politischen Handlungsstrategien. Im letzten Unterkapitel wird ein besonderes Augenmerk auf kolonialistische Siedlungsbestrebungen in Afrika und Mittelamerika gelegt. Schweizer Lebensreformer erscheinen hier als Agenten eines expansiven Kolonialismus. Zugleich prägten sie mit ihren Reiseberichten koloniale Bilder und rassistische Stereotype.

6.1 Eine wirtschaftspolitische Erweiterung der Lebensreform: Die Freiwirtschaftslehre

Freigeld, Freiland und Sozialdarwinismus: Die Grundlagen der Freiwirtschaft

Die Freiwirtschaftslehre geht auf Silvio Gesell (1862–1930) zurück. Der deutsche Kaufmann wanderte 1887 nach Buenos Aires aus, wo er ein kleines Vermögen anhäufte und sich mit währungspolitischen Fragen auseinandersetzte. 1892 kehrte er nach Europa zurück und liess sich im Neuenburger Dorf Les Hauts-Geneveys nieder. Dort kaufte er einen Bauernhof und führte seine publizistische Arbeit weiter. Der Autodidakt überzeugte vor allem durch sein Auftreten als charismatische Persönlichkeit und nicht wegen seiner wirtschaftswissenschaftlichen Expertise. In Anlehnung an den anarchistischen Ökonomen Pierre-Joseph Proudhon (1809–1865) machte Gesell das „leistungslose Einkommen“

durch Zins und Grundrenten für die steigende Ungleichheit in der Welt verantwortlich.¹¹⁰⁰ Weil das Geld sowohl „Tauschmittel“ als auch „Sparmittel“ sei, werde ein beträchtlicher Teil der verfügbaren Kaufkraft „gehortet“, anstatt in die Wirtschaft zurückzufließen und dadurch den Konsum anzukurbeln. Um das „Horten“ des Geldes zu verhindern, propagierte Gesell ein „Schwundgeld“, das mit einem festen Negativzins verbunden sein sollte. Weil das sogenannte Freigeld dadurch beständig an Wert verlieren würde, eigne es sich nicht mehr als „Sparmittel“, weshalb es schneller in den Wirtschaftskreislauf zurückkehre. Gesell ging davon aus, dass sich mit diesem „Umlaufzwang“ die Investitionen und der allgemeine Wohlstand steigern lassen.¹¹⁰¹

Die zahlreichen Leerstellen und Widersprüche in seiner Freiwirtschaftstheorie versuchte der umtriebige Kaufmann bereits im frühen 20. Jahrhundert durch Versatzstücke anderer Sozial- und Wirtschaftsreformen auszubessern. Beispielsweise erkannte Gesell, dass Investoren nach neuen Anlagemöglichkeiten suchen würden, wenn sie ihr Geld nicht mehr gewinnbringend verzinsen könnten. Das hätte zu einem massiven Anstieg der Bodenspekulationen geführt. Um dieses Problem zu entschärfen, verknüpfte Gesell seine Währungsreform mit bodenreformerischen Forderungen. Um arbeitsloses Einkommen durch Spekulationsgewinne zu verunmöglichen, sollte der Grundbesitz vergemeinschaftet und durch den Staat verpachtet werden. Dabei ginge der Boden zwar in den Besitz der öffentlichen Hand über, die darauf erbauten Gebäude und Wirtschaftsbetriebe blieben aber weiterhin in Privatbesitz. Auf den Boden könnte der Staat eine Nutzungsabgabe erheben, die er dann in soziale Projekte wie die sogenannte Mütterrente investieren könnte.¹¹⁰² Gesell ging davon aus, dass auf diese Weise auch besitzlose Arbeiter und Arbeiterinnen ein Stück Land

1100 Marx und Engels verweisen im *Manifest der Kommunistischen Partei* auf Proudhon als typischen Vertreter des konservativen Bourgeoisozialismus: vgl. Marx/Engels, *Manifest der Kommunistischen Partei*, S. 76.

1101 Vgl. Schärer, *Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat*, S. 19–39.

1102 Silvio Gesell formulierte 1903 erstmals die Idee einer „Mütterrente“, die nach Anzahl Kindern ausgezahlt werden sollte. Durch diese finanzielle Unterstützung wären die Frauen nicht mehr von den Männern abhängig und könnten sich selbstbestimmt ihre Partner aussuchen. Hinter der vermeintlich emanzipatorischen Forderung steckt jedoch eine antifeministische Agenda. Gesell lehnte die politische und rechtliche Gleichstellung der Geschlechter ab und sprach sich gegen das Frauenwahlrecht aus. Die „Mütterrente“ sollte vielmehr die Rolle der Frau als Mutter zementieren: vgl. Peter Bierl, *Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn. Kapitalismuskritik von rechts: Der Fall Silvio Gesell*, Hamburg 2012, S. 119.

bewirtschaften könnten, um ein eigenes Auskommen zu generieren. Das sogenannte Freiland war damit die zweite Konstante der Freiwirtschaftslehre.¹¹⁰³ Mit dieser Mischung aus kapitalismuskritischen Währungs- und Bodenreformen, die Spekulationen verhindern sollten, jedoch gleichzeitig eine liberale Marktwirtschaft gewährleisten würden, postulierte die Freiwirtschaft einen „dritten Weg“ zwischen Kapitalismus und Kommunismus.¹¹⁰⁴

Als wirtschaftstheoretische Grundlage diente Gesell die sogenannte Physiokratie (griechisch für Herrschaft der Natur) des französischen Arztes und Ökonomen François Quesnay (1694–1774). In Anlehnung an naturwissenschaftliche Erkenntnisse der Aufklärung war der Leibarzt Ludwigs XV. auf der Suche nach einer natürlichen Ordnung im gesellschaftlichen Zusammenleben. Er ging davon aus, dass alle Menschen von Natur aus nach Selbsterhaltung, Schmerzvermeidung und Wohlbefinden streben und leitete daraus soziale Verhaltensmuster ab, die scheinbar universellen Gesetzmässigkeiten folgen. Dazu gehöre das Besitz-, Genuss- und Glücksstreben ebenso wie ein allgegenwärtiges Konkurrenzverhalten, das sich insbesondere im Wirtschaftsleben zeige. Eine Gesellschaft könne nur funktionieren und nach Wohlstand streben, wenn der freie Wettbewerb zwischen den Einzelmenschen und sozialen Klassen gewährleistet werde. Der Staat sollte zwar die Rahmenbedingungen für diesen Konkurrenzkampf festlegen, aber sich nur so wenig wie nötig ins Wirtschaftsleben einmischen. Analog zum menschlichen Blutkreislauf müsse sich der Staat auf die Gewährleistung der freien Zirkulation der Geld- und Warenkreisläufe beschränken und den Individuen möglichst grosse Handlungsfreiheit einräumen.¹¹⁰⁵

1103 Vgl. ebd., S. 79–115; Curt Philipp Lorber, *Die Freigeld- und Freilandtheorie von Silvio Gesell (1862–1930). Eine rezeptionsgeschichtliche Betrachtung unter besonderer Berücksichtigung von John Maynard Keynes*, Frankfurt a. M. 2009, S. 33–79.

1104 Der „dritte Weg“ ist ein schillernder Begriff, der in unterschiedlichsten politisch-ideologischen Zusammenhängen über das gesamte 20. Jahrhundert hinweg verwendet wurde; siehe dazu: Milène Wegmann, *Früher Neoliberalismus und europäische Integration. Interdependenz der nationalen, supranationalen und internationalen Ordnung von Wirtschaft und Gesellschaft (1932–1965)*, Baden-Baden 2002, S. 146–156.

1105 Quesnay gehörte zu den ersten Wirtschaftstheoretikern, die der Ökonomie eine dominierende Stellung in der Gesellschaft zuwiesen. Seine Überlegungen gehören zu den wichtigsten Grundlagen des modernen Wirtschaftsliberalismus: vgl. Reinhard Bach, *Rousseau und die Physiokraten. Politische Ideengeschichte im begrifflichen Wandel zwischen Aufklärung und Revolution*, Wien/Köln/Weimar 2018, S. 15–29; siehe zur Bedeutung des Individuums in der Physiokratie auch: Wolfgang

Silvio Gesell übernahm in seinem 1916 erstmals veröffentlichten Hauptwerk *Die natürliche Wirtschaftsordnung* diese Idee des freien, nach Besitz, Wohlstand und Genuss strebenden Individuums, das sich in ständigem Wettbewerb befindet, und spitzte diese gesellschaftstheoretische Annahme mit sozialdarwinistischer Rhetorik zu. So tritt der Staat auch bei Gesell als Garant individueller Chancengleichheit auf und sorgt für freie Märkte und internationalen Freihandel. Der Wettbewerb zwischen den Individuen erscheint jedoch beim Freiwirtschaftsbegründer als brutaler Verdrängungskampf. Im sozialdarwinistisch gedeuteten Kampf ums Überleben sollten zwar prinzipiell alle Menschen über die gleichen Ausgangsbedingungen verfügen, wer jedoch nicht mithalten kann, hat im freiwirtschaftlichen System buchstäblich kein Existenzrecht. Wie Peter Bierl in seiner Abhandlung über Silvio Gesell treffend formuliert, war die „natürliche Wirtschaftsordnung“ als rücksichtsloser „Manchesterkapitalismus ohne Vorrechte und soziale Absicherung“ konzipiert.¹¹⁰⁶

Gesell verknüpfte seinen radikalen Laissez-faire-Liberalismus mit eugenischen Menschenzuchtfantasien: Wenn sich der Staat möglichst aus allen gesellschaftlichen Angelegenheiten zurückzieht und nur noch die wirtschaftliche Ordnung aufrechterhält, würden sich die fitten und leistungsfähigen Teile der Gesellschaft fortpflanzen und die als minderwertig deklarierten Menschen verschwinden. Dazu schreibt Gesell:

So verstehen wir also unter Natürlicher Wirtschaft eine Ordnung, in der die Menschen den Wettstreit mit der ihnen von der Natur verliehenen Ausrüstung auf vollkommener Ebene auszufechten haben, wo darum dem Tüchtigen die Führung zufällt, wo jedes Vorrecht aufgehoben ist und der einzelne, dem Eigennutz folgend, geradeaus auf sein Ziel lossteuert [...].¹¹⁰⁷

Zorn, Die Physiokratie und die Idee der individualistischen Gesellschaft, in: Vierteljahrsschrift für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte, 47/4 (1960), S. 498–507.

1106 Bierl, Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn, S. 117. Welchen Einfluss Gesell und seine Freiwirtschaftslehre auf die Entstehung neoliberaler Theorien hatte, wurde bisher nicht untersucht. In den 1950er Jahren verwies jedoch der bekannte Freiwirtschaftler Werner Schmid (1898–1981) auf die vergleichbare Programmatik und sprach sogar von einer gegenseitigen Beeinflussung: „Kein Zweifel: die Zielsetzung ist bei Gesell die gleiche wie bei den Neoliberalen, wobei nicht etwa behauptet werden soll, die Neoliberalen hätten sie von Gesell übernommen, wenn auch kein Zweifel darüber bestehen kann, daß die Gesellsche Lehre nicht ohne Einfluß auf ihr Denken war.“: Werner Schmid, Neoliberalismus und Freiwirtschaft, Zürich 1958, S. 5 f.

1107 Silvio Gesell, Die natürliche Wirtschaftsordnung durch Freiland und Freigeld, Hochheim 1931, S. VII.

Gesell ging davon aus, dass in einer Welt ohne Zins und Spekulationsgewinne nur noch die individuelle Arbeitsleistung als Gradmesser des persönlichen Erfolgs dienen werde. Unter diesen Bedingungen versuche sich der Einzelne durch „immer bessere, höhere Leistungen“ im Wettstreit über Wohlstand, gesellschaftlichen Einfluss und potenzielle Sexualpartner zu behaupten. Letztlich sollte der „freie Wettbewerb den Tüchtigen begünstig[en] und seine stärkere Fortpflanzung zur Folge habe[n].“¹¹⁰⁸ Auf diese Weise deutete Gesell die liberale Idee einer wettbewerbsorientierten Wirtschaftsordnung zum biologisch-sozialdarwinistischen Instrument der „wiederhergestellten natürlichen Auslese“ um.¹¹⁰⁹

Die imaginierte Höherentwicklung des Menschen war dabei in vielerlei Hinsicht rassistisch motiviert. Zwar betonte Gesell, dass in der Freiwirtschaft für alle Menschen auf der Erde die gleichen Wettbewerbsbedingungen gelten sollten – er befürwortete sogar die Abschaffung der nationalstaatlichen Grenzen und eine verstärkte Migration –, jedoch war damit auch ein Verdrängungskampf zwischen den „Rassen“ verbunden, der auch mit Gewalt ausgefochten werden sollte. So lobte er beispielsweise 1913 den Völkermord an den Hereros und Nama in der damaligen Kolonie Deutsch-Südwestafrika als legitimes Mittel um die Vorherrschaft einer vermeintlich überlegenen „weissen Rasse“ sicherzustellen.¹¹¹⁰ Mit diesem sozialdarwinistischen Gesellschaftsbild zeigte die Freiwirtschaftslehre eine starke Anschlussfähigkeit mit völkischen Ideen einer gezielten „Rassenzucht“ und einer antisemitisch motivierten Kapitalismuskritik. Zwar wies Gesell jeglichen Antisemitismus in seinen Schriften zurück, trotzdem waren einige in der Freiwirtschaftslehre oft verwendete Begriffe wie „Wucher“ und „Horten“ schon um 1900 hochgradig antisemitisch konnotiert. Andererseits stiessen viele Aspekte der Freiwirtschaft wie der uneingeschränkte Freihandel, die Enteignung privater Grundeigentümer oder die staatskritische, radikalindividualistische Haltung auf massive Ablehnung in völkisch-nationalistischen Kreisen.¹¹¹¹

1108 Ebd., S. Xf.

1109 Ebd., S. XI.

1110 Vgl. Bierl, Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn, S. 117–121.

1111 Vgl. ebd., S. 140–151; Siehe dazu auch: Geden Oliver, Rechte Ökologie. Umweltschutz zwischen Emanzipation und Faschismus, Berlin 1996, S. 155–158.

Die Freiwirtschaft mit der Lebensreform verknüpfen: Zwischen Gesundheitspolitik und Rassismus

Silvio Gesells erste, 1902 veröffentlichte freiwirtschaftliche Zeitschrift hatte gerade einmal drei Abonnenten – darunter zwei Lebensreformer. Die Freiwirtschaft war damit von Anfang an mit lebensreformerischen Akteuren verknüpft und blieb es auch in den darauffolgenden Jahrzehnten.¹¹¹² Einer der Abonnenten war der völkische Ernährungsreformer Gustav Simons (1861–1914). Der preussische Offizier propagierte eine vegetarische und alkoholabstinente Ernährungsweise als Grundlage eines rassistisch motivierten Gesundheitsprogramms zur Verbesserung der „deutschen Rasse“. Dazu entwickelte und vermarktete er mit einigem Erfolg ein eigenes Vollkornbrot – das sogenannte Simonsbrot.¹¹¹³ Gesell traf 1907 während eines Aufenthalts in der vegetarischen *Obstbausiedlung Eden* in Oranienburg auf Simons. Die beiden blieben in der Folgezeit enge Weggefährten. So kehrte Gesell immer wieder zur lebensreformerischen Mustersiedlung zurück und verbrachte dort sogar seinen Lebensabend. Während Simons die Freiwirtschaft in sein rassistisch-antisemitisches Lebensreformprogramm integrierte, übernahm Gesell zahlreiche lebensreformerische Gesundheitspraktiken.¹¹¹⁴

Der zweite Abonnent der freiwirtschaftlichen Zeitschrift war der Schweizer Mathematiker und Arzt Theophil Christen (1873–1920). Seit 1910 forschte der Wissenschaftler zu Röntgenstrahlen bei medizinischen Behandlungen und veröffentlichte dazu mehrere Grundlagenwerke.¹¹¹⁵ Nebenbei verfasste er

1112 Eines der wenigen wissenschaftlichen Werke, das die Verbindung zwischen Freiwirtschaft und Lebensreform thematisiert, ist die bereits mehrfach zitierte Arbeit von Peter Bierl über Silvio Gesell. Einige Hinweise gibt es auch in: Günter Bartsch, *Die NWO-Bewegung Silvio Gesells. Geschichtlicher Grundriss 1891-1992/93*, Lützenburg 1994.

1113 Vgl. Uwe Puschner, *Mit Vollkornbrot und Nacktheit – Arbeit am völkischen Körper. Gustav Simons und Richard Ungewitter – Lebensreformer und völkische Weltanschauungsagenten*, in: Karl Braun/Felix Linzner/John Khairi-Taraki (Hg.), *Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“*, Göttingen 2017, S. 77–93; Gregor Hufenreuter, *Gustav Simons. Völkischer Antisemit, Lebensreformer und Simonsbrot-Erfinder*, in: David Bordiehn u. a. (Hg.), *Ausgrenzende politische Ideologien. Akteure, Organisationen und Programmatiken*, Festschrift zu Ehren von Uwe Puschner, Berlin 2020, S. 211–230.

1114 Vgl. Bierl, *Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn*, S. 166–170.

1115 Vgl. Uwe Busch/Werner Batz, *Pioniere der Medizinischen Physik – Theophil Christen (1873–1920)*, in: *Zeitschrift für Medizinische Physik*, 15/1 (2005), S. 59 f.;

populärwissenschaftliche Bücher über Ernährungsreform, Alkoholabstinenz und andere lebensreformerische Forderungen, in denen er die Erkenntnisse bekannter Ärzte und Lebensreformer wie Auguste Forel, Gustav von Bunge und Max Bircher-Benner in einer einfachen Sprache zusammenfasste und damit für eine breite Öffentlichkeit aufbereitete. Darunter waren Werke wie *Unsere großen Ernährungstorheiten* (1912) und *Die grossen Seuchen unserer Zeit* (1913) sowie das alkoholgegenerische Pamphlet *Sieh dich vor!* (1914), das Christen zusammen mit dem Seminarlehrer Jakob Stump und der Abstinenzaktivistin Hedwig Bleuler-Waser veröffentlichte.¹¹¹⁶

In diesen Schriften adaptierte der Schweizer Arzt die alarmistischen Degenerationsängste der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung. Vor allem im mehrfach aufgelegten Buch *Die menschliche Fortpflanzung* (1917) zeichnete Christen ein düsteres Bild der Gesellschaft: Psychische Krankheiten, Zahnkaries, Tuberkulose, Krebs und andere „Zeichen der körperlichen Entartung“ würden immer stärker zunehmen.¹¹¹⁷ Sich auf lebensreformerische Argumentationslinien stützend, machte er die ungesunde Lebensweise in der urbanen Industriegesellschaft für diese Entwicklung verantwortlich. Neben dem Alkoholenuss schädige vor allem die Prostitution und die damit verbundene Verbreitung von Geschlechtskrankheiten die Gesundheit der Bevölkerung.¹¹¹⁸ Als „Gegenmittel“ empfahl er „eine ausgiebige Körperpflege“ mit „Freiluftleben, täglichen Kaltwaschungen, Nackendturnen, weiten Wanderungen unter Vermeidung der Genussgifte Alkohol und Tabak“ wie auch den „regelmässige[n] Gebrauch kalten Wassers und eine vorwiegend vegetarische Ernährung.“¹¹¹⁹ Selbst Menschen mit „miserablen Erbanlagen“ könnten ihre Gesundheit und

Fritz Schwarz, Dr. Th. Christen, in: Die Berner Woche in Wort und Bild, 10/21 (1920), S. 252.

1116 Theophil Christen, *Unsere grossen Ernährungstorheiten. Eine gemeinfassliche Darlegung der modernen Forschungsergebnisse über Ernährungs- und Diätfragen*, Dresden 1912; Theophil Christen, *Die grossen Seuchen unserer Zeit*. Akademischer Vortrag gehalten in Bern, Basel 1913; Hedwig Bleuler-Waser/Theophil Christen/Jakob Stump, *Sieh dich vor! Ein Mahnruf an die ins Leben tretende Jugend*, Zürich 1914.

1117 Vgl. Theophil Christen, *Die menschliche Fortpflanzung. Ihre Gesundung und ihre Veredelung*, Bern 1917, S. 29. Zu diesem Thema führte Christen im Literaturverzeichnis mehrere Bücher von Auguste Forel und Gustav von Bunge auf: vgl. ebd., S. 179 f.

1118 Vgl. ebd., S. 53–66.

1119 Ebd., S. 58 u. 168.

Konstitution durch eine „vernünftige Lebensweise“ nach lebensreformerischen Regeln deutlich verbessern.¹¹²⁰

Diese Aufforderung zur Lebensreform kombinierte Christen mit rassistischen Menschenbildern und antisemitische Stereotypen. So schrieb er weiter, dass die „Rassenmischung“ möglichst zu verhindern sei, um ein „schlechtes Zuchtergebnis“ zu vermeiden. In Amerika gerate die „weisse Rasse“ bereits in Gefahr, „von der schwarzen überwuchert zu werden“, weshalb die gesetzlich verordnete „Rassentrennung“ zu begrüßen sei.¹¹²¹ In Europa verursache vor allem die „Mischung zwischen Ariern und Semiten“ grösseren Schaden. Ein Grossteil der unehelichen Kinder stamme „von semitischen Vätern“. Mit ihrer ökonomischen Überlegenheit würden die Juden junge Frauen aus prekären Verhältnissen unter Druck setzen.¹¹²² Besonders grotesk erscheint dabei Christens rassistische Kontaminationstheorie, die er von der Hundezucht ableitete. Dort komme es vor, dass Welpen die Gene verschiedener Rüden in sich tragen. Weil das auch beim Menschen möglich sei, könne „der erste, uneheliche Vater dem späteren, ehelichen Vater die Rasse verderben.“¹¹²³ Christen kritisierte in seiner Schrift nicht nur die „Rassenmischung“, sondern auch die Fortpflanzung „Minderwertiger“. Dazu zählte er Menschen mit geistigen und körperlichen Behinderungen sowie Menschen mit Geschlechts- und Suchtkrankheiten. Weil sich Gesetze gegen die „aussereheliche Fortpflanzung der Minderwertigen“ wie auch Freiheitsstrafen als unzulänglich erwiesen hätten, plädierte er wie Auguste Forel für systematische Zwangssterilisierungen.¹¹²⁴

Diese rassistischen Denkmuster und biopolitischen Massnahmen zur Gesundheitsoptimierung verknüpfte der Schweizer Arzt mit freiwirtschaftlichen Forderungen. So betonte er in *Die menschliche Fortpflanzung*, dass die voranschreitende „Gesundung und Veredelung der menschlichen Fortpflanzung“ irgendwann an eine „undurchdringliche[...] Mauer wirtschaftlicher Unmöglichkeiten“ stosse.¹¹²⁵ Nur eine gesunde Wirtschaftsordnung im Sinne der Freiwirtschaft biete den Menschen genügend Freiheiten und Entfaltungsmöglichkeiten, um ein gesundes Leben führen zu können. Die wirtschaftliche Verbesserung der Lebensbedingungen müsse dabei immer an lebensreformerische

1120 Ebd., S. 58.

1121 Ebd., S. 66.

1122 Ebd., S. 67.

1123 Ebd., S. 68.

1124 Ebd., S. 131.

1125 Ebd., S. 148.

Gesundheitspraktiken gekoppelt werden, sonst wirke sich der steigende Wohlstand wiederum negativ auf die Gesundheit aus:

Wenn wir zwar den Menschen reichlichere Erwerbsmöglichkeiten bieten, dann aber sehen müssen, wie der reichere Erwerb in Alkohol und Syphilis angelegt wird, dann können wir selbst durch die glänzendste ökonomische Reform der Menschheit mehr schaden als nützen [...].¹¹²⁶

Auf diese Weise kombinierte Theophil Christen die Freiwirtschaft und die Lebensreform zu einem sich gegenseitig ergänzenden Wirtschafts- und Gesundheitsprogramm.

Lebensreformerische Selbstoptimierung in der freiwirtschaftlichen Konkurrenzgesellschaft: Werner Zimmermanns „innere“ und „äußere“ Befreiung

Diese Verknüpfung zwischen Lebensreform und Freiwirtschaft führte Werner Zimmermann nach dem Freitod Theophil Christens 1920 weiter. 1915 hatte der damalige Lehrer an einem Ferienkurs der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* Silvio Gesells Tochter Johanna (1893–1954) kennengelernt. Kurz darauf besuchte er den Bauernhof der Familie in Les Hauts Geneveve, wo er das erste Mal auf den Begründer der Freiwirtschaftslehre traf und zugleich „begeistert sein erstes Birchermüesli“ genoss. Wie Eduard Fankhauser in seiner kurzen Biografie über Zimmermann betont, habe sich der junge Lehrer danach „in Werke der Freiwirtschaft und Lebensreform“ vertieft.¹¹²⁷

Bereits 1919 versuchte Zimmermann in der kurzen Broschüre *Was ist Sozialismus?* die Freiwirtschaftslehre mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken zu verbinden. Darin beschreibt er genau wie Gesell den sozialdarwinistischen „Kampf ums Dasein“ als Triebfeder der gesellschaftlichen Entwicklung und lobt die Freiwirtschaft als ideale Gesellschafts- und Wirtschaftsordnung zur Entfaltung dieses Konkurrenzkampfes:

Er allein erhält gesund, formt und stählt all unsere Kräfte, [...]. Erst auf dem Boden der natürlichen, von jeder Ausbeutung befreiten Wirtschaftsordnung wird allerdings der gerechte Daseinskampf, die wahre Auslese, die Hochzucht des Menschengeschlechts in Tat und Wahrheit einsetzen können.¹¹²⁸

1126 Ebd., S. 148.

1127 Eduard Fankhauser, Werner Zimmermann. Kleine Biographie, niedergeschrieben kurz vor seinem 50. Geburtstag, Zielbrücke-Thielle 1943, S. 5.

1128 Werner Zimmermann, Was ist Sozialismus? Bern 1919, S. 22 f.

Die Individuen sollten durch die freiwirtschaftlichen Boden- und Geldreformen von kapitalistischen Zwängen befreit werden, damit sie sich selbstbestimmt entfalten können. Weil dann jeder „in wirtschaftlicher Beziehung die gleichen Rechte und Kampf Voraussetzungen“ vorfinde, könne er „seinen wahren Beruf und damit innere Befriedigung finden.“ Dann gelte nur noch die „Arbeitsleistung“ und „Tüchtigkeit“ als „Wertmaßstab für die Beurteilung des Einzelnen.“¹¹²⁹ Darum müsse der Sozialismus die „Freiheit“ des Individuums als „Lösung der Zukunft“ hochhalten.¹¹³⁰

Während die Freiwirtschaft den soziokulturellen Rahmen der individualistischen Konkurrenzgesellschaft bilden sollte, konzipierte Zimmermann die lebensreformerischen Gesundheitspraktiken als Wettbewerbsvorteil in diesem Verdrängungskampf. Wer sich richtig ernährt, seinen Körper pflegt und sich fit hält, würde seine Chancen im Streben nach Besitz, Wohlbefinden und Erfolg

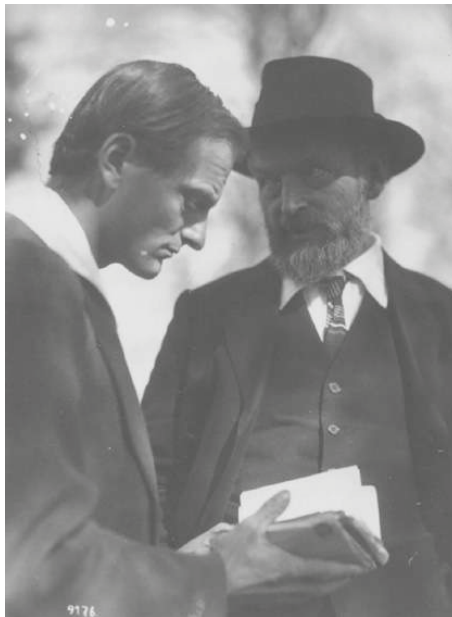


Abbildung 12: Werner Zimmermann und Silvio Gesell an einer Tagung des deutschen Freiwirtschaftsbundes in Kassel. (1926)

1129 Ebd., S. 45.

1130 Ebd., S. 56.

verbessern.¹¹³¹ Um die Bedeutung dieser Gesundheitsoptimierung noch weiter zu steigern, lehnte Zimmermann den „Sozialstaat“, wie ihn „die Kommunisten verstehen“, ab. Dieser kneble die „persönliche[...] Handlungsfreiheit und Entwicklungsmöglichkeit“.¹¹³² Sobald die Menschen nach lebensreformerischen Grundsätzen lebten, würden sie diese soziale Absicherung sowieso nicht mehr benötigen, weil sie dadurch ihre Gesundheit und Leistungsfähigkeit erhalten könnten.

Dieses Wechselspiel aus Lebensreform und Freiwirtschaft bezeichnet Zimmermann als „innere“ und „äußere“ Befreiung des Menschen. Die „innere befreiung“ könne „nicht organisiert werden“, sondern müsse „von jedem einzelnen für sich“ selbst erreicht werden.¹¹³³ Die dazu notwendigen, lebensreformerischen Gesundheitspraktiken und Psychotechniken wie Ernährungsreform, Körperkultur, Psychoanalyse und Selbsterziehung definierte Zimmermann als „unpolitische[s] Wirken für möglichste Ernüchterung und Kräftigung der Menschen“.¹¹³⁴ Demgegenüber sei die „äußere befreiung des menschen [...] vorwiegend eine wirtschaftliche angelegenheit“, die nur durch die Freiwirtschaft erreicht werden könne.¹¹³⁵ Weil diese strukturelle Veränderung der Gesellschaft alle betreffe, könne sie nur „von einem zusammengeballten Willen einer größeren Zahl von Menschen durchgesetzt werden“. Es sei darum die „Aufgabe der Politik“, diesen „Willen zu wecken“.¹¹³⁶ Die beiden Vorgehensweisen seien „miteinander verknüpft, indem nur der wirklich sich innerlich befreiende“ politisch aktiv werden könne und zugleich „die innere befreiung einer mehrzahl von einzelnen“ nur durch die „äußere[...] befreiung“ ermöglicht werde.“¹¹³⁷ Nur wer „seinen Kopf aus Alkoholdunst und Tabakqualm“ herausstrecke und sich „durch vernunftgemäße Lebensweise von körperlichen Krankheiten und Schwächen“ befreie, könne genügend Kraft für die „politische Werbearbeit“ aufwenden und dadurch die „politische Endtat herannähern helfen.“ Auf diese Weise entstehe eine „Wechselwirkung zwischen persönlicher Lebensreform und Politik“.¹¹³⁸

1131 Vgl. Werner Zimmermann, Lebensreform und Politik, in: Der Ring, Monatshefte für Jugendbewegung und Politik, 1/2 (1925), S. 53.

1132 Ebd., S. 44.

1133 Werner Zimmermann, Jugendbewegung, in: Tao, 2/8 (1925), S. 11.

1134 Zimmermann, Lebensreform und Politik, S. 53.

1135 Zimmermann, Jugendbewegung, S. 11.

1136 Zimmermann, Lebensreform und Politik, S. 52.

1137 Zimmermann, Jugendbewegung, S. 11.

1138 Zimmermann, Lebensreform und Politik, S. 53.

Mit dieser Mischung aus Lebensreform und Freiwirtschaft stiess Zimmermann jedoch nicht nur auf Zustimmung. Wie schon Marx und Engels beschuldigten nun auch marxistisch orientierte Freiwirtschaftler und Freiwirtschaftlerinnen diese lebensreformerische Ausrichtung der Freiwirtschaft als Privatisierung der sozialen Frage, als Versuch der Entpolitisierung oder gar als bürgerliches Ablenkungsmanöver, um die proletarische Revolution zu verhindern. Vor allem in der deutschen Freiwirtschaftsbewegung und ihrer Jugendorganisation *Revolutionärer Jugend-Ring* geriet der Schweizer Lebensreformer zunehmend in die Kritik. Hatte Zimmermann in dieser jugendbewegten Gruppierung anfänglich noch viel Einfluss ausgeübt, zog er sich nach einer Kontroverse um seine lebensreformerischen Ansichten zunehmend aus der Organisation zurück.¹¹³⁹

Zu den vehementesten Kritikern des lebensreformerischen Kurses zählte der einflussreiche Freiwirtschaftler Hans Schumann. Ab 1925 suchte er an den Versammlungen und Tagungen des *Revolutionären Jugend-Rings* und im Vereinsorgan *Der Ring* zunehmend die Konfrontation mit Zimmermann und anderen lebensreformerisch orientierten Mitgliedern:

W[erner] Z[immermann] irrt, wenn er glaubt, er könne das soziale Problem zunächst verdeckt halten, um die Leute nicht vor den Kopf zu stoßen, und es erst später berühren. [...] Solange er von Lichtwärts, Lebensreform, Sonnennahrung u.s.w. spricht, wird er begeisterte Anhänger haben (und sein Verleger entsprechenden Absatz). Auch von Mutterrente läßt sich die Jugendbewegung gerne etwas erzählen. Aber wenn er zeigen würde, was zwischen heute und der Mutterrente steht – nämlich erbitterter, erbarmungsloser Klassenkampf –, dann würden alle die Schulmeister und Schulmeisterinnen sich ‚unauffällig zurückziehen‘. Diese Kreise werden sich nie zu einer entschlossenen Tat aufraffen. Die erkennen dann immer sehr schnell, daß die Freiwirtschaft undurchführbar ist, ‚daß jeder die soziale Frage für sich lösen müsse‘ u. ä.¹¹⁴⁰

Das Ziel der Freiwirtschaft sei deshalb „nicht das Reformkleid, oder der Volkstanz, oder die neue Erziehung, nicht der Vegetarier, oder Rohköstler, oder Lebensreformer.“¹¹⁴¹ Mit dieser „bürgerlichen Trägheit gegenüber politischen Problemen“ lasse sich die Gesellschaft nicht ändern. Anstatt die Menschen mit

1139 Zur Geschichte des *Revolutionären Jugend-Rings* existiert praktisch keine Forschung. Siehe für einige Hinweise: Werner Onken, Silvio Gesell und die Natürliche Wirtschaftsordnung. Eine Einführung in Leben und Werk, Lütjenburg 1999, S. 111 f.; Die Abbildung auf dem Einband dieses Buches zeigt Werner Zimmermann, wie er 1925 an einer Tagung des *Revolutionären Jugend-Rings* spricht.

1140 Hans Schumann, Probleme des RJR, in: *Der Ring*, 2/5 (1926), S. 153.

1141 Hans Schumann, Wir wollen! In: *Der Ring*, 1/1 (1925), S. 2.

Wanderungen und Ferienlagern zu „entpolitisiere[n]“, müsse man sie aktiv auf den politischen Kampf vorbereiten.¹¹⁴² Diese Auseinandersetzung zwischen „politischer“ Freiwirtschaft und „unpolitischer“ Lebensreform zeigte sich nicht nur in deutschen Freiwirtschaftsorganisationen, sondern auch in der Schweiz, wo Zimmermann eine ebenso wichtige Rolle in der Freiwirtschaftsbewegung spielte.

6.2 Im Schatten des Frontenfrühlings: Die Schweizer Freiwirtschaftsbewegung

Politische Abenteuer einer neuen Bewegung: Zwischen Räterepublik und Landesstreik

In Deutschland und der Schweiz bildeten sich 1915 fast zeitgleich erste freiwirtschaftliche Organisationen. Während der katholische Pfarrer Paulus Klüpfel (1876–1918) den *Freiland-Freigeld-Bund* (ab 1921 *Freiwirtschaftsbund F.F.F.*) in Berlin gründete, kamen Theophil Christen und der Vizedirektor des Eidgenössischen Versicherungsamtes Fritz Trefzer mit Ernst Schneider in Bern zusammen, um den *Schweizer Freiland-Freigeld-Bund* (ab 1924 *Schweizer Freiwirtschaftsbund*) ins Leben zu rufen. Wiederum bildeten das Berner Lehrerseminar mit der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* und dem *Pestalozzi-Fellenberg-Haus* die Keimzellen dieser neuen Bewegung. In den ersten Gründungsjahren beschränkten sich die Aktivitäten jedoch auf Publikationstätigkeiten und vereinzelte Diskussionsrunden und einige Vorträge.¹¹⁴³

Erst nach dem Krieg traten die führenden Freiwirtschaftler erstmals in der breiten Öffentlichkeit in Erscheinung. So reiste Silvio Gesell 1919 von seinem Bauernhof im Schweizer Jura nach München, um sich der anarchistisch-sozialistischen Räterepublik anzuschließen, die nach dem Ende der bayrischen Monarchie für wenige Monate die Geschicke des Freistaates lenkte. Die Anarchisten Gustav Landauer (1870–1919) und Erich Mühsam (1878–1934) holten den Freiwirtschaftsbegründer als Finanzminister nach München. Auch Theophil Christen erhielt einen Posten im Finanzministerium. Ernst Schneider reiste ebenfalls nach München, erreichte die Stadt aber nicht mehr rechtzeitig vor der blutigen Niederschlagung der Räterepublik. Während Landauer

1142 Schumann, Probleme des RJR, S. 152 f.

1143 Vgl. Werner Onken, Freiland – Freigeld, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 280 ff.; Bartsch, Die NWO-Bewegung Silvio Gesells, S. 29–50.

ermordet wurde und Mühsam eine lange Haftstrafe erhielt, konnten Gesell und Christen das Gefängnis bald wieder verlassen. In ihren Prozessen konnten sie glaubhaft belegen, dass sie keinen politischen Einfluss auf die Vorgänge in der Räterepublik ausgeübt hatten.¹¹⁴⁴

Nicht nur in Deutschland, sondern auch in der Schweiz begann die Freiwirtschaftsbewegung in der revolutionären Stimmung der Nachkriegszeit als politischer Akteur aufzutreten. Zunächst suchte der *Schweizer Freiland-Freigeld-Bund* die Nähe zum *Grütliverein*. So kandidierte Theophil Christen 1919 in Basel auf der Liste dieser sozialliberalen Organisation für den Nationalrat. Wegen zu grosser inhaltlicher Differenzen stagnierte jedoch die Zusammenarbeit im Verlauf der 1920er Jahre. Andere Freiwirtschaftler wie Fritz Schwarz versuchten die Sozialdemokraten und die Arbeiterbewegung für die freiwirtschaftlichen Boden- und Geldreformen zu gewinnen. Dabei bot ihnen insbesondere der Landesstreik eine ideale Gelegenheit, um sich als gemässigte Sozialreformer zu präsentieren, die ihre Ziele nicht durch einen revolutionären Umsturz anstrebten, sondern durch wirtschaftsliberale Reformen. Die Annäherungsversuche führten zu kontroversen Auseinandersetzungen mit marxistischen Vertretern der Sozialdemokratie wie Robert Grimm (1881–1958). Der einflussreiche Gewerkschaftsführer erwirkte 1922 sogar einen Parteiausschluss gegen Freiwirtschaftler und Freiwirtschaftlerinnen in der *Sozialdemokratischen Partei der Schweiz*.¹¹⁴⁵

Die politischen Ambitionen der Freiwirtschaftsbewegung erhielten in den frühen 1920er Jahren nicht nur durch die erfolglose Annäherung an etablierte politische Parteien einen starken Dämpfer. Auch durch das Ausscheiden wichtiger Führungsfiguren aus dem *Schweizer Freiland-Freigeld-Bund* wurde die Bewegung geschwächt. So durfte Silvio Gesell nach seinem Engagement in der gescheiterten Räterepublik nicht mehr in die Schweiz einreisen, Schneider trat eine Professorenstelle in Riga an und Christen beging nach langer Krankheit Suizid. In der Folge übernahm zunehmend Fritz Schwarz eine führende Rolle in der Bewegungsarbeit. Mit dieser Personalie wurde die enge Verbindung der Schweizer Freiwirtschaftsbewegung mit den reformpädagogisch-lebensreformerischen Kreisen um das Berner Lehrerseminar und die *Schweizerische Pädagogische Gesellschaft* weitergeführt. So gab Schwarz im Verlag des *Pestalozzi-Fellenberg-Hauses* immer mehr Publikationen zur Freiwirtschaft heraus. Darunter war seit 1917 die Zeitschrift *Die Freistatt* (ab 1923: *Freiwirtschaftliche*

1144 Siehe dazu: Werner Onken, Silvio Gesell in der Münchener Räterepublik. Eine Woche Volksbeauftragter für das Finanzwesen im April 1919, Oldenbourg 2018.

1145 Vgl. Scharrer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 42–61.

Zeitung), die er in der Folge zur freiwirtschaftlichen „Schwesterzeitschrift“ der reformpädagogischen *Schulreform* weiterentwickelte. Ab 1920 war sie das offizielle Organ des *Schweizer Freiland-Freigeld-Bundes* und bis 1925 verzeichnete sie knapp 1'000 Abonnenten und Abonnentinnen.¹¹⁴⁶

Die Konjunkturen des Schweizer Freiwirtschaftsbundes: Vom Debattierclub zur politischen Partei

Unter der Leitung von Fritz Schwarz stieg die Mitgliederzahl des *Freiwirtschaftsbundes* bis 1925 auf knapp 400 Personen an.¹¹⁴⁷ Von einer Massenbewegung konnte daher noch keine Rede sein. Vielmehr blieb der Fokus auf der intensiven Vortrags- und Publikationsarbeit. Zudem dominierten weiterhin Lehrer und Lehrerinnen aus reformpädagogisch-lebensreformerischen Kreisen die Bewegung. Das zeigte sich beispielsweise an den Weiterbildungskursen der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* im *Freilandheim Rüdlingen*, wo zunehmend Freiwirtschaftler wie Fritz Schwarz und Hans Bernoulli über freiwirtschaftliche Währungs-, Boden- und Wirtschaftsreformen sprachen.¹¹⁴⁸ Die Lehrpersonen sollten als Multiplikatoren dienen, um die freiwirtschaftlichen Ideen ausserhalb der parteipolitischen Arbeit zu verbreiten. Wie Schwarz 1924 in einem Brief an den *Freilandheim*-Gründer Konrad Gehring betonte, ging es dabei um die „Bearbeitung des Volkes ganz ausserhalb des Parlaments und durch immense Verbreitung unserer Kurse und Bücher und der Zeitungen und Zeitschriften.“¹¹⁴⁹ Zu diesem Zweck führte der *Schweizer Freiwirtschaftsbund* ab den 1930er Jahren auch eigene „Freiwirtschaftswoche[n]“ im *Freilandheim Rüdlingen* durch, um „in allgemein verständlicher Form die neuen Erkenntnisse vom Wesen der Wirtschaft“ zu vermitteln und die Vorzüge einer „krisenlosen, ausbeutungsfreien Wirtschaftsordnung“ zu präsentieren.¹¹⁵⁰

Wie schon die reformpädagogischen Ferienwochen wurden auch freiwirtschaftliche Kurse durch lebensreformerische Gesundheitspraktiken strukturiert. So gab es neben der „ernsten Geistesarbeit in Vorträgen und Aussprachen“ auch immer wieder die Gelegenheit zu „erfrischemdem Bade“ im Oberrhein, „entspannende Wanderungen“ durch die Nordostschweiz und „rhythmische

1146 Vgl. ebd., S. 47 f. u. 72.

1147 Vgl. ebd., S. 72.

1148 Vgl. dazu u.a.: O. A., Herbst-Ferienkurs 1923, in: *Die Schulreform*, 17/4 (1923), S. 97.

1149 Fritz Schwarz, Brief an Konrad Gehring, 30. Mai 1924, in: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

1150 O. A., Ferienkurse, in: *Schweizerische Lehrerinnenzeitung*, 36/19 (1932), S. 339.

Gymnastik“ am Morgen.¹¹⁵¹ In den periodisch stattfindenden Veranstaltungen im *Freilandheim* wurde die Verknüpfung zwischen Freiwirtschaft und Lebensreform normalisiert. Im Sinne Werner Zimmermanns ertüchtigten die Mitglieder der Freiwirtschaftsbewegung ihren Körper mit lebensreformerischen Gesundheitspraktiken, um sich für den politischen Kampf zu stärken.

Obwohl Schwarz nicht daran glaubte, dass sich die Freiwirtschaft über den „Parlamentarismus“ und „Wahlbetrieb[...]“ umsetzen lasse, beteiligte er sich 1922 zusammen mit Werner Zimmermann auf einer freiwirtschaftlichen Liste im Kanton Bern an den Nationalratswahlen.¹¹⁵² Damit kamen nicht nur zwei führende Freiwirtschaftler, sondern auch zwei dezidierte Lebensreformer erstmals mit der parlamentarischen Demokratie der Schweiz in Berührung. Tausende Flugblätter und über 100 Vortragsabende reichten aber nicht aus, um einen Sitz im Nationalrat zu gewinnen. Die Liste erhielt lediglich ein Prozent der Stimmen. Auch vier Jahre später konnten die Freiwirtschaftler die „anvisierte Marktlücke zwischen SP und den bürgerlichen Parteien“ bei den Nationalratswahlen nicht besetzen und erreichten mit Listen in Bern und Basel-Stadt kein besseres Resultat. Das enttäuschende Abschneiden lähmte in der Folge die Dynamik der Bewegung. Während sich Zimmermann anderen Projekten wie einer Weltreise zuwandte, verwaltete Fritz Schwarz die stagnierende Organisation.¹¹⁵³

Erst der Börsencrash im Oktober 1929 und die darauffolgende Weltwirtschaftskrise mit dem drastischen Einbruch des Welthandels und massiv steigenden Arbeitslosenzahlen verschaffte der Freiwirtschaftsbewegung wieder Aufwind. Obwohl sich die Krise in der Schweiz nicht so stark auswirkte wie in Deutschland oder den Vereinigten Staaten, geriet auch die Schweizer Wirtschaft unter Druck. Insbesondere der sich verschärfende Preisdruck infolge der anziehenden Inflation setzte der Landwirtschaft und Exportindustrie zu. Im Unterschied zu vielen anderen Ländern, die mit Investitionsprogrammen und der Abwertung der Währung auf diese Entwicklung reagierten, konzentrierte sich die Schweiz auf die Stabilität des Schweizerfrankens und die Sicherstellung der Goldparität. Diese strikte Geldpolitik führte letztlich zu einem deutlichen Lohnabbau in der Privatwirtschaft und beim Staatspersonal. Der *Schweizerische Freiwirtschaftsbund* nutzte die krisenhafte Situation geschickt, um die Freiwirtschaft als Alternative zum staatlich verordneten Spar- und

1151 O. A., Ferienkurse, in: Schweizerische Lehrerinnenzeitung, 36/19 (1932), S. 339.

1152 Fritz Schwarz, Brief an Konrad Gehring, 30. Mai 1924, in: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

1153 Vgl. Schärfer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 58–73, zitiert S. 73.

Abbauprogramm zu präsentieren. Vor allem in ländlichen Gebieten in Bern, Appenzell und Basellandschaft konnte die Bewegung daraufhin einige Erfolge erzielen. Neben alten Bekannten wie Zimmermann und Schwarz engagierten sich nun auch neue Akteure wie der Theologe und Rechtsanwalt Hans Konrad Sonderegger (1891–1944) für die erstarkende Freiwirtschaftsbewegung. Diese Wortführer organisierten in den frühen 1930er Jahren dutzende freiwirtschaftliche Vortragsabende mit hunderten Teilnehmenden pro Woche. An den grösseren Versammlungen mit Vorträgen und musikalischem Rahmenprogramm versammelten sich tausende Menschen. Bis 1934 stieg die Mitgliederzahl markant auf knapp 3'000 Personen in über 150 Ortsgruppen an. Zugleich vervierfachte die *Freiwirtschaftliche Zeitung* ihre Auflage auf fast 4'000 Exemplare.¹¹⁵⁴

Der kleine Debattierclub war knapp zwanzig Jahre nach seiner Gründung zu einer ernstzunehmenden Kraft in der Schweizer Politik angewachsen. Die steigende Popularität konnte die Freiwirtschaftsbewegung dann auch nutzen, um erstmals politische Ämter zu gewinnen. Fritz Schwarz zog 1934 auf einer Liste der Stadt Bern mit 4,9 Prozent der Stimmen in den Berner Kantonsrat ein und blieb dort bis zu seinem Tod 1958 aktiv. Später übernahm er zudem einen Sitz im Stadtrat von Bern. Werner Zimmermann verpasste in Interlaken mit 6,8 Prozent der Stimmen das Kantonsratsmandat nur knapp.¹¹⁵⁵ Ihren grössten Erfolg konnte die Freiwirtschaftsbewegung im selben Jahr mit dem Ständeratsitz für Hans Konrad Sonderegger bei der ausserordentlichen Ersatzwahl im Kanton Appenzell Ausserrhoden feiern. Jedoch war der charismatische Freiwirtschaftler mit seinen freiwirtschaftlichen Anliegen in der kleinen Parlamentskammer weitgehend isoliert, sodass keiner seiner Vorstösse erfolgreich war. Zudem verlor er sein Mandat bereits in den regulären Ständeratswahlen im darauffolgenden Jahr wieder.¹¹⁵⁶

Nicht nur das schlechte Abschneiden Sondereggers war 1935 eine schwere Enttäuschung für die erfolgsverwöhnte Freiwirtschaftsbewegung, auch bei den gleichzeitig stattfindenden Nationalratswahlen wurde trotz vielversprechender Kandidaturen kein Mitglied des *Schweizerischen Freiwirtschaftsbundes* gewählt. Unter anderem hatte Werner Zimmermann auf einer freien Liste in Bern für den Nationalrat kandidiert und dazu in seiner *Tau*-Zeitschrift

1154 Vgl. ebd., S. 145–177; siehe zur Freiwirtschaftsbewegung im Kanton Basellandschaft: Lukas Odermatt, *Die Freiwirtschaftsbewegung in Baselland von 1932 bis 1943*, Lizentiatsarbeit Universität Basel 2014.

1155 Vgl. Schärer, *Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat*, S. 177–180.

1156 Vgl. Yves Demuth, Hans Konrad Sonderegger. Der erfolgreichste Gegner des Appenzeller Freisinns, in: *Appenzellische Jahrbücher*, 143 (2016), S. 12–21.

Spenden gesammelt. Jedoch nahm er sich kurz vor der Wahl selbst aus dem Rennen. Offiziell zog er seine Kandidatur zurück, weil „sein Wirkungsfeld für umfassende lebensreform“ durch das politische Amt „zu stark eingeeignet“ worden wäre. Zwischen den Zeilen machte er aber deutlich, dass er sich wegen der wachsenden Kritik an seinen Kontakten mit Nazideutschland zurückzog.¹¹⁵⁷ Um diese Verwicklung zu erklären, wird im folgenden Abschnitt zuerst die Rolle der Freiwirtschaftsbewegung im sogenannten Frontenfrühling erläutert.

Die Freiwirtschaftsbewegung und der „Frontenfrühling“: Zwischen Annäherung und Abgrenzung

Der Aufschwung des *Schweizer Freiwirtschaftsbundes* verlief parallel zum Aufstieg der sogenannten Frontenbewegung. Unter dieser Bezeichnung werden nationalkonservative, faschistische und nationalsozialistische Parteien gezählt, die in den frühen 1930er Jahren einen Umbau der Schweiz in einen autoritären Staat anstrebten. Während sich einige frontistische Parteien wie die *Neue Schweiz* von den faschistischen Regimen der Nachbarländer abgrenzten, pflegten andere wie die *Nationale Front* eine enge Zusammenarbeit mit Faschisten und Nationalsozialisten an. Mit dem Bedeutungsgewinn der Frontenbewegung breitete sich in der Schweiz ein offen geäußelter Antisemitismus und Rassismus aus. Mit ihren antikommunistischen Parolen, militaristischen Forderungen und konservativen Wertevorstellungen konnten die frontistischen Parteien jedoch auf Sympathien bis weit ins bürgerlich-konservative Lager hinein zählen. Vor allem im Rahmen der „geistigen Landesverteidigung“ zelebrierten bürgerliche Kreise zusammen mit frontistischen Kräften einen parteiübergreifenden Schulterchluss.¹¹⁵⁸

Mit der „geistigen Landesverteidigung“ versuchten unterschiedliche Akteure aus Politik, Wirtschaft und Kultur neben der militärischen auch die kulturelle Eigenständigkeit der Schweiz zu betonen. Vor dem Hintergrund erstarkender Diktaturen in den Nachbarländern inszenierten sie die Schweiz als demokratische Willensnation, die sich aus verschiedenen Kulturen, Sprachen und Religionen zusammensetzt. Mit der normativen Festlegung typisch schweizerischer Werte und Lebensweisen wurden aber nicht nur Menschen zu einer vermeintlichen „Schicksalsgemeinschaft“ zusammengefügt, sondern auch unliebsame,

1157 Eduard Fankhauser, für die kämpfspende w.z., in: *Tau*, 12/138 (1935), S. 29.

1158 Vgl. Walter Wolf, Frontenbewegung, in: *Historisches Lexikon der Schweiz* (Onlineversion), <https://hls-dhs-dss.ch/de/articles/017405/2006-12-01/> (27.11.2019); siehe dazu ausführlich: Walter Wolf, *Faschismus in der Schweiz. Die Geschichte der Frontenbewegungen in der deutschen Schweiz, 1930–1945*, Zürich 1969.

vor allem politisch linke Akteure und Minderheiten ausgeschlossen. Die Vertreter und Vertreterinnen dieser „geistigen Landesverteidigung“ imaginierten eine Schweiz, die sich auf Traditionen, Bräuche und eine bäuerliche Lebensweise stützt. Demgegenüber stellten sie städtische Milieus als Bedrohung der gesellschaftlichen Geschlossenheit und Bodenständigkeit unter Generalverdacht. Dabei ging diese In- und Exklusivpolitik nicht nur von konservativen und rechten Akteuren aus, sondern wurde auch durch liberale und sozialdemokratische Strömungen unterstützt, die sich mit nationalistischen Forderungen arrangierten, um sich gegen die Expansionsgelüste der faschistisch regierten Nachbarländer zu wehren.¹¹⁵⁹

In diesem ambivalenten Feld zwischen Frontenbewegungen und „geistiger Landesverteidigung“ bewegte sich auch die Freiwirtschaftsbewegung. Schon Anfang 1933 bekundeten Exponenten des *Schweizerischen Freiwirtschaftsbundes* grosse Sympathien für die „starke nationale Bewegung“, die das „ganze Parteiwesen“ ablehne und die „marxistische Durchdringung von Wirtschaft und Politik“ bekämpfe. Darum forderten sie in der *Freiwirtschaftlichen Zeitung* eine Annäherung an die *Schweizerischen Republikaner* und „vielleicht auch [eine Zusammenarbeit] mit der Nationalen Front des Herrn Dr. Tobler und den entsprechenden Strömungen im Welschland“.¹¹⁶⁰ Wobei sie sich zwar von der Aufbruchsstimmung in diesen Gruppierungen angezogen fühlten und deren Forderungen nach einem wirtschaftlichen Systemwandel teilten, jedoch zu den rassistischen und antisemitischen Forderungen auf Distanz gingen. So lehnten freiwirtschaftliche Akteure „Schlagworte[...] gegen den Marxismus, gegen Juden und Freimaurer“ ab und kritisierten die Idee eines Korporationsstaates als verkappten „Staatssozialismus“.¹¹⁶¹ Nicht zuletzt wurde eine Zusammenarbeit mit den *Schweizerischen Nationalsozialisten* kategorisch ausgeschlossen.

Spätestens 1935 stoppte die Freiwirtschaftsbewegung die Annäherung an die Frontenbewegung und distanzierte sich von einem gemeinsamen Vorgehen. So warf Fritz Schwarz der mittlerweile stark angewachsenen *Nationalen Front* in einem Artikel in der *Freiwirtschaftlichen Zeitung* vor, sie sei „geistig mit dem Dritten Reich gleichgeschaltet“ und paktiere mit der „Hochfinanz“. In der Folge entbrannte eine regelrechte Fehde zwischen den beiden

1159 Vgl. Josef Mooser, Die „Geistige Landesverteidigung“ in den 1930er Jahren, Profile und Kontexte eines vielschichtigen Phänomens der schweizerischen politischen Kultur in der Zwischenkriegszeit, in: Schweizerische Zeitschrift für Geschichte, 47/4 (1997), S. 685–708.

1160 O. A., „Das Schweizerkreuz brennt“, in: Freiwirtschaftliche Zeitung, 11/16 (1933), S. 1.

1161 Ebd., S. 1.

Bewegungen.¹¹⁶² Die zunehmende Distanz zeigte sich auch daran, dass der *Schweizerische Freiwirtschaftsbund* 1935 die wirtschaftsprotektionistische „Kriseninitiative“ aus bäuerlichen und gewerkschaftlichen Kreisen unterstützte und nicht die „Fronteninitiative“ zum Umbau des politischen Systems der Schweiz zum autoritären Ständestaat.¹¹⁶³ Für die Nationalratswahlen im selben Jahr prüfte der *Schweizerische Freiwirtschaftsbund* dann auch eine Zusammenarbeit mit der *Sozialdemokratischen Partei der Schweiz* und nicht mit frontistischen Parteien. So begrüßten die Freiwirtschaftler und Freiwirtschaftlerinnen sozialdemokratische Anfragen für Listenverbindungen in Basel und Zürich als „Zusammenschluß aller demokratischen und abbaugegenerischen Gruppen des arbeitenden Volkes“ und betonten, dass die Demokratie „unter allen Umständen und rückhaltlos verteidigt werden“ müsse.¹¹⁶⁴

Ähnlichkeiten zwischen der Freiwirtschafts- und der Frontenbewegung zeigten sich trotz inhaltlicher Differenzen bei der ästhetischen Inszenierung der Versammlungen und Aktionen. Vor allem der 1932 gegründete *Jugendbund für eine natürliche Wirtschaftsordnung (INWO)* teilte mit den Frontisten einen ausgeprägten Führerkult sowie ritualisierte Aufmärsche und Massenveranstaltungen. Ebenso zeigten sich Parallelen zur schwärmerischen Sprache und Aufbruchsstimmung, zur Inszenierung körperlicher Stärke und Verherrlichung der Jugend als erneuernde Kraft.¹¹⁶⁵ So präsentierte sich beispielsweise die freiwirtschaftliche Jugendorganisation in der *Freiwirtschaftlichen Zeitung* regelmässig mit vitalistischen Kraftgebärden und Erneuerungswünschen, die an den faschistischen Jugendkult erinnern¹¹⁶⁶:

Jung sein heißt, leben wollen, heißt, das Leben in seiner ganzen Vielfalt bejahen.
Leben wollen aber heißt kämpfen wollen, denn Leben ist immer Kampf. Es ist ein

1162 Fritz Schwarz, Die Nationale Front als Schutztruppe des Großkapitals. Aus dem Vortrag von Frid. Forster in der Limmathauskundgebung am 19. Januar 1935, in: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 13/8 (1935), S. 1.

1163 Vgl. Scharrer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 186 ff.

1164 Werner Schmid, Listenverbindungen mit den Sozialdemokraten? In: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 13/51 (1935), S. 2.

1165 Siehe zur faschistischen Ästhetik und Inszenierung der Macht: Ulrich Herrmann/ Ulrich Nassen (Hg.), *Formative Ästhetik im Nationalsozialismus. Intentionen, Medien und Praxisformen totalitärer ästhetischer Herrschaft und Beherrschung*, Weinheim 1993.

1166 Siehe zum faschistischen Jugendkult: Sven Reichardt, *Faschistische Kampfbünde. Gewalt und Gemeinschaft im italienischen Squadrismus und in der deutschen SA*, Köln 2002, S. 355–364.

Ringen mit der Materie, die geformt werden muß, es ist ein Ringen mit dem Alten, dem Sterbenden, das sich immer wieder dem Vorwärtsdrängen des jungen Lebens entgegen stellen will.¹¹⁶⁷

Auf ähnliche Weise inszenierten sich auch die sogenannten *Freischaren*, die sich als jugendliche Elitetruppe um den charismatischen Freiwirtschaftler Hans Konrad Sonderegger bildeten. Der Historiker Markus Schärner geht davon aus, dass sich diese „kämpferische Vorhut der Freiwirtschaftsbewegung“ am Erscheinungsbild und den Aktionsformen der nationalsozialistischen *Sturmabteilung* (SA) orientierte.¹¹⁶⁸ Diese Interpretation lässt jedoch ausser Acht, dass die freiwirtschaftlichen Jugendorganisationen viele Stilelemente und körperbetonte Aktivitäten wie Wanderungen, Bergtouren und Sport aus der eigenen, jugendbewegten Tradition übernahmen, die viel weiter zurückreichte als die Geschichte der faschistischen und nationalsozialistischen Organisationen.

Zudem gab es in den 1930er Jahren auch freiwirtschaftliche Akteure, die sich dezidiert gegen den aufkommenden Faschismus in Europa aussprachen und sich aktiv in der Friedensbewegung engagierten. Dazu zählte unter anderem der spätere Journalist, Radiopionier und *LdU*-Nationalrat Friedrich Salzmann (1915–1990), der eine prägende Rolle im *Jugendbund für eine natürliche Wirtschaftsordnung* einnahm. Sein Vater Walter Salzmann – ebenfalls ein Anhänger der Freiwirtschaftsbewegung – hatte sich in Berlin mehrmals mit führenden Mitgliedern der NSDAP wie Heinrich Himmler (1900–1945) und Ernst Röhm (1887–1934) getroffen, um ihnen die Vorzüge der Freiwirtschaft zu erklären.¹¹⁶⁹ Später distanzierte er sich vom Nationalsozialismus und wanderte in die Schweiz aus. Dort begann sich sein Sohn Friedrich Salzmann als Journalist und freiwirtschaftlicher Politiker zu engagieren. Er leitete den *Jugendbund für eine natürliche Wirtschaftsordnung* über mehrere Jahre, gab die freiwirtschaftliche Jugendzeitschrift *Jugend am Pflug* heraus und knüpfte Kontakte mit anderen, insbesondere auch pazifistischen und linken Jugendorganisationen.¹¹⁷⁰ Wegen

1167 O. A., INWO und Jugendbewegung, in: Freiwirtschaftliche Zeitung, 11/4 (1933), S. 1.

1168 Schärner, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 162.

1169 Vgl. Werner Onken/Günter Bartsch, Natürliche Wirtschaftsordnung unter dem Hakenkreuz. Anpassung und Widerstand, Lütjenburg 1997, S. 20.

1170 Ab 1943 übernahm Salzmann die Schriftleitung des freiwirtschaftlichen Publikationsorgans (nun unter dem Namen *Freies Volk*), gehörte zu den Mitbegründern der *Liberalsozialistischen Partei* und veröffentlichte diverse Schriften zur Freiwirtschaft. Zwischen 1971 und 1978 sass er für den *Landesring der Unabhängigen* im Nationalrat. Einer breiten Öffentlichkeit wurde er seit 1957 als Redaktor

dieser Aktivitäten kam es gelegentlich auch zu handfesten Auseinandersetzungen zwischen der freiwirtschaftlichen Jugendorganisation und frontistischen Jugendgruppen. So berichtete beispielsweise die *Freiwirtschaftliche Zeitung* 1935 über einen „Überfall“ der *Nationalen Aktion* auf eine Tagung des INWO im *Freilandheim Rüdlingen*. Eine etwa 80 Mann starke Gruppe habe die Freiwirtschaftsjugend beim Singen am Lagerfeuer überrascht. Auf die „empörte Bemerkung“, dass sich die Schweiz „noch nicht im Dritten Reich“ befinde, hätten die „geistigen Erneuerer mit Faustschlägen“ geantwortet.¹¹⁷¹

Werner Zimmermann auf geheimer Mission: Faschismus und Nationalsozialismus als Chance für die Freiwirtschaft?

Während die Jugendorganisation der Schweizer Freiwirtschaftsbewegung die Gewaltbereitschaft faschistischer Gruppen in der Schweiz zu spüren bekam, bekundeten einige Freiwirtschaftler weiterhin Sympathien für die Diktaturen in den Nachbarländern. Unter anderem setzte Werner Zimmermann in den 1930er Jahren seine Hoffnung in autoritäre Führer, um die Freiwirtschaftsbewegung voranzubringen. Anstatt die gesamte Bevölkerung in mühevoller Aufklärungsarbeit von den Vorteilen der freiwirtschaftlichen Boden- und Währungsreformen zu überzeugen, sollten diese „starken Männer“ die Freiwirtschaft per Handstreich verwirklichen. Grosse Erwartungen setzte Zimmermann bereits 1932 in den italienischen Diktator Benito Mussolini, der sich zuvor in Reden und Interviews als Anhänger einer abstinenter und vegetarischer Lebensweise zu erkennen gegeben hatte.¹¹⁷² Davon begeistert, glaubte Zimmermann, dass sich der vermeintliche Lebensreformer auch zur Freiwirtschaft bekehren lasse. So schrieb er in der *Tau*-Zeitschrift erwartungsvoll:

und Moderator beim Schweizer Radio bekannt, wo er sich insbesondere für den Konsumentenschutz einsetzte. Inwieweit er als Ressortleiter für Innenpolitik und Volkswirtschaft seine freiwirtschaftlichen Ideen einer breiten Öffentlichkeit vermitteln konnte, bleibt zu untersuchen. Zu Friedrich Salzmann gibt es lediglich eine kurze Biografie von Andreas Müller, der ebenfalls LdU-Nationalrat war: Andreas Müller, Friedrich Salzmann. 31. August 1915 – 29. November 1990: Journalist, Radiomoderator, Schriftsteller, Nationalrat, Reinach 2013.

1171 O. A., Frontistische Helden! In: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 13/41 (1935), S. 4.

1172 Zimmermann stützte sich dabei auf das Buch *Mussolinis Gespräche mit Emil Ludwig*. Der Schweizer Schriftsteller Emil Ludwig (1881–1948) hatte 1932 mit dem italienischen Diktator ausführliche Gespräche über Politik, aber vor allem auch private Angelegenheiten geführt: vgl. Werner Zimmermann, *Mussolinis Gespräche*, in: *Tau*, 9/102 (1932), S. 21 ff.

Mussolini wäre einer der männer, der für sein land ohne viel umstände das vernünftige, volksfreundliche, sozial gerechte und arbeitswillige freigeld einführen könnte, seinem Italien wie der ganzen welt zur rettung und zum segen. Wem wird es gelingen, Mussolini diese gedanken in wirksamer weise zu bringen? Briefe und Walker-buch hat er von mir erhalten und den empfang durch die italienische gesandtschaft in Bern verdanken lassen.¹¹⁷³

Indem Zimmermann nicht nur seine Bewunderung für Mussolini äusserte, sondern tatsächlich auch freiwirtschaftliche Schriften an den italienischen Diktator schickte, lässt sich dieser Vorgang nicht als naive Schwärmerei abtun, sondern als gezielter, wenn auch misslungener Kollaborationsversuch.¹¹⁷⁴

Wenig später fiel Zimmermann in der *Tau*-Zeitschrift mit der Annäherung an den völkischen *Tannenbergbund* auf, der sich aus deutschen Soldaten des Ersten Weltkriegs zusammengesetzt hatte und eine rassistische Expansionspolitik verfolgte.¹¹⁷⁵ So wies er darauf hin, dass sich mit dem *Morgartenbund* in der Schweiz eine vergleichbare Organisation gegründet habe, die ähnliche Ziele verfolge. In beiden Bünden kenne er „liebe freunde die sich seit jahren für die ziele der freiwirtschaft einsetzen.“¹¹⁷⁶ Um die „stellung dieser kampfrichtung zur frage der religion“ zu erklären, druckte er den Brief eines Mitgliedes des *Morgartenbunds* ab, der sich auf die völkisch-neuheidnischen Religionsvorstellungen von Erich (1865–1937) und Mathilde Ludendorff (1877–1966) bezog. Darin ist beispielsweise zu lesen, dass die Religiosität durch „das seelische Erbgut unserer Vorfahren“ geprägt werde. „Je reiner, unvermischter“ dieses Erbgut sei, desto besser könne sich das Seelenleben der Menschen entwickeln. Diese „Entfaltung der rassistisch-seelischen Eigenart“ werde jedoch durch die „Rassenvermischung“ behindert.¹¹⁷⁷ Darauf aufbauend erklärte Werner Zimmermann, dass der „deutsche gottglaube“ davon ausgehe, dass es „für jedes volk, für jeden menschen

1173 Ebd., S. 23.

1174 Es bleibt jedoch offen, ob Mussolini die freiwirtschaftlichen Bücher wirklich erhielt und sogar gelesen hat. Insgesamt ist unklar, welchen Einfluss die Freiwirtschaftsbewegung auf das faschistische Regime in Italien ausüben konnte.

1175 Siehe zum Tannenbergbund: Bettina Amm, *Die Ludendorff-Bewegung. Vom nationalistischen Kampfbund zur völkischen Weltanschauungssekte*, Hamburg 2006.

1176 Werner Zimmermann, *Der eigene weg*, in: *Tau*, 10/113 (1933), S. 3.

1177 Ebd., S. 3 f.; siehe zur Geschichte neuheidnischer und völkischer Religionen u. a.: Stefanie v. Schnurbein et al. (Hg.), *Völkische Religion und Krisen der Moderne. Entwürfe „arteigener“ Glaubenssysteme seit der Jahrhundertwende*, Würzburg 2001; Uwe Puschner, *Weltanschauung und Religion – Religion und Weltanschauung. Ideologie und Formen völkischer Religion*, in: *zeitenblicke*, 5/1 (2006), http://www.zeitenblicke.de/2006/1/Puschner/index_html (13.05.2021).

seiner eigenart, seinem ‚rasse-erbgut‘ entsprechend“ eine passende Religion gebe. Weil das Christentum „jüdisch-orientalischen ursprungs“ sei, passe es nicht zur „deutschen seele“ und verursache deshalb in den Menschen „zwiespältigkeit und zerissenheit“. Um diese „krankheit“ zu stoppen, müsse man wieder zu einer „arteigen[en]“ Religion, die zum „deutsche[n] gottempfinden“ passe, zurückkehren.¹¹⁷⁸ Zimmermann wollte sich jedoch nicht eindeutig zu dieser neureligiösen Forderung nach einer „arteigenen Religion“ bekennen. So betonte er abschließend im Artikel, dass er auch „prächtige, liebe, tüchtige kinder und menschen eurasischer mischung“ kenne. Darum solle man die „Ludendorff-schriften“ zwar als „anregung“ nutzen, dürfe sie aber „nicht zum dogma werden“ lassen.¹¹⁷⁹

Diese Lobeshymnen auf Mussolini und die Annäherung an völkisch-neuheidnische Überzeugungen und rassistisch-antisemitische Ideologeme rief in Zimmermanns jugendbewegter Anhängerschaft deutliche Kritik hervor. Sie lehnten „diese beiden namen und die zugehörigen ziele und auffassungen schärfstens ab.“ Einige waren zudem verwundert, wie Zimmermann die neuentdeckte Sympathie für Ludendorff und Mussolini mit der „verehrung für Gandhi und [...] verurteilung aller gewalttätigkeit“ vereinbaren könne.¹¹⁸⁰ Doch anstatt sich von den autoritären und völkischen Aussagen zu distanzieren, versuchte Zimmermann „mancherlei positives“ bei diesen Faschisten hervorzuheben:

Erstrebten sie nicht im grunde auch ein hohes edles ziel? Wenn auch untermischt mit vorstellungen und teilzielen, die mir nicht richtig schienen? Boten sie nicht einen ehrlicheren und volleren einsatz ihrer kräfte und ihrer persönlichkeit als die meisten ihrer kritiker? [...] War ich in meinen heutigen überzeugungen denn unfehlbar? War ich vollendet? Boten sich nicht hier vielleicht teil-wahrheiten, die meine heutigen überzeugungen notwendig ergänzen konnten?¹¹⁸¹

Dadurch sei er aber „weder innerlich noch äußerlich tannenberger oder faschist geworden.“¹¹⁸² An dieser Aussage wird deutlich, wie rücksichtslos Zimmermann in den 1930er Jahren die Verwirklichung seiner lebensreformerischen und freiwirtschaftlichen Ziele anstrebte. Es spielte für ihn keine Rolle, ob seine Mitstreiter auf demokratischem Weg an die Macht gekommen waren oder ob

1178 Werner Zimmermann, *Der eigene weg*, in: *Tau*, 10/113 (1933), S. 5.

1179 Ebd., S. 7.

1180 Werner Zimmermann, *Ludendorff und Mussolini*, in: *Tau*, 10/113 (1933), S. 13.

1181 Ebd., S. 14.

1182 Ebd., S. 15.

sie mit autoritären Massnahmen zum Erfolg der Lebens- und Freiwirtschaftsbewegung beitragen konnten.

Mit derselben Haltung begegnete Zimmermann auch dem nationalsozialistischen Regime in Deutschland. Weil Fritz Schwarz im September 1933 die Befürchtung geäußert hatte, dass sich das Zeitfenster für die Freiwirtschaftsbewegung, sich in Nazi-Deutschland aktiv einzubringen, bald schliessen werde, versuchte Zimmermann Kontakt mit Adolf Hitler aufzunehmen, um dem deutschen Diktator die Vorzüge der Freiwirtschaft näherzubringen.¹¹⁸³ Obwohl sich die freiwirtschaftlichen Organisationen in Deutschland nach 1933 dem NS-Regime anbiederten und mit dem *Rolandsbund* sogar eine freiwirtschaftliche Gruppierung innerhalb der NSDAP gegründet wurde, geriet die Bewegung zunehmend unter Druck. Fritz Schwarz betonte deshalb, dass nur noch ein persönliches Treffen mit Hitler die Freiwirtschaft in Deutschland vor der Bedeutungslosigkeit bewahren könne. Zimmermann sei dafür der ideale Kandidat, weil er mit Hitler die lebensreformerischen Gesundheitspraktiken teile: „Hitler ist Vegetarier und Alkoholgegner!“, betonte Schwarz eindringlich in einem Brief an Zimmermann.¹¹⁸⁴

Wie von Schwarz empfohlen, verfasste Zimmermann einen Brief an Hitler, um den deutschen Diktator für ein Treffen zur „umfassende[n] Abklärung“ über die Freiwirtschaft zu bitten. Darin zeigte sich der Schweizer Lebensreformer besorgt, dass Hitler „in Fragen der Geldpolitik, der Währung, der Reichsbank nicht genügend gut beraten“ werde. Es sei doch eine „furchtbare Tragik“, wenn die „gewaltigen Anstrengungen“ der Nationalsozialisten wegen einer falschen Wirtschaftspolitik „nicht den gewünschten Erfolg bringen könnten

1183 Ähnlich wie Zimmermann hegte auch Schwarz die Hoffnung, dass die Nationalsozialisten der Freiwirtschaft zum Durchbruch verhelfen könnten. So druckte er 1932 in der *Freiwirtschaftlichen Zeitung* einen Artikel über „nationalsozialistische Währungstheorie“ aus dem NS-Propagandaorgan *Völkischer Beobachter* ab. Darin beschreibt der Nationalsozialist Werner Daitz (1884–1945) eine Wirtschaftsordnung, die ähnlich wie in der Freiwirtschaftslehre als lebendiger Organismus funktioniert, der eine ständig zirkulierende Währung benötigt. Der autoritäre NS-Staat sollte dabei die vollständige Kontrolle über die Geldmenge erhalten. Schwarz kommentierte den Artikel des NS-Ökonomen mit den Worten: „Inhaltlich gehen wir mit ihm einig.“: Werner Daitz, Nationalsozialistische Währungstheorie und der Goldstandard, in: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 10/1 (1932), S. 1.

1184 Fritz Schwarz, Brief an Werner Zimmermann, 10. September 1933, in: Sozialarchiv, Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

[...].¹¹⁸⁵ Dem Brief legte Zimmermann ein Exemplar seines neusten Buches *Der Ring des Nibelungen* bei, worin er die Freiwirtschaftslehre mit den Figuren und Geschichten aus Richard Wagners Oper verknüpft hatte.¹¹⁸⁶ Dazu erklärte Zimmermann in seinem Brief an Hitler:

Legen Sie alle Arbeit, so dringend wichtig sie Ihnen auch erscheinen mag, einen Augenblick beiseite und durchblättern, lesen Sie diese kurze Darlegung. Lassen Sie nicht Andere für Sie urteilen. Erhalten Sie den Eindruck, dass es sich doch hier um grundlegend wichtige Erkenntnisse handeln könnte, so lassen Sie mir mitteilen, wann und wo ich Sie sprechen könnte, sei es nur für ganz kurz oder für eine umfassendere Abklärung.¹¹⁸⁷

Aber weder der emphatische Brief noch die Deuschtümelei in Zimmermanns neuem Buch konnten Hitler zu einem Treffen bewegen.¹¹⁸⁸ Das ist nicht überraschend, schliesslich hatte die Freiwirtschaftsbewegung kaum je eine Chance, sich im nationalsozialistischen System zu etablieren. Die „wüste Promenadenmischung aus Kapitalismus und Marxismus“ hatte in der NSDAP nur wenige Befürworter, die nach der Konsolidierungsphase der nationalsozialistischen Diktatur – spätestens mit dem sogenannten Röh-putsch – verstummten.¹¹⁸⁹ Die Nationalsozialisten integrierten zwar verschiedene Elemente aus der Lebensreform-, Jugend- und Freiwirtschaftsbewegung in ihre Ideologie und Politik, sie duldeten in ihrem totalitären Staat aber keine Konkurrenten mit eigener Machtbasis. Zudem lehnten die Nationalsozialisten insbesondere die radikalliberalen Wirtschaftsideen der Freiwirtschaft kategorisch ab. Bis 1934 wurden deshalb sämtliche freiwirtschaftlichen Organisationen in Deutschland verboten.¹¹⁹⁰

1185 Werner Zimmermann, Brief an Adolf Hitler, 13. September 1933, in: Sozialarchiv, Privataarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

1186 Vgl. Werner Zimmermann, *Der Ring des Nibelungen. Rettende Quellen der Einsicht und der Kraft zu Deutschlands Aufstieg, Lauf bei Nürnberg 1933*. In einem Brief an Schwarz äusserte Zimmermann die Hoffnung, mit dieser „schrift für hitlerdeutschland“ möglichst viel Einfluss bei den Nationalsozialisten gewinnen zu können: Werner Zimmermann, Brief an Fritz Schwarz, 16. Juni 1933, in: Sozialarchiv, Privataarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

1187 Werner Zimmermann, Brief an Adolf Hitler, 13. September 1933, in: Sozialarchiv, Privataarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenzen, Ar 162.15.1.

1188 Es ist unklar, ob Hitler den Brief überhaupt erhielt und ob es weitere Kontaktversuche gab. Dazu müssten zusätzliche Quellen untersucht werden.

1189 O. A., *Kampf um Silvio Gesell bei den Nationalsozialisten*, in: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 10/52 (1932), S. 3.

1190 Vgl. Bierl, Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn, S. 188–199.

Damit endeten auch die freiwirtschaftlichen Aktivitäten Schweizer Akteure wie Zimmermann und Schwarz in Deutschland. So beklagte sich Schwarz 1935 in einem Artikel in der *Freiwirtschaftlichen Zeitung* bitter über die „Hitler-Partei“, die auf das falsche Wirtschaftsprogramm gesetzt habe und deshalb in die Fänge der „Hochfinanz“ geraten sei.¹¹⁹¹ Schwarz stützte sich dabei auf eine antisemitische Verschwörungserzählung, dass Hitler durch die finanzielle Unterstützung jüdischer Investoren aus Amerika an die Macht gelangt sei, um deren Interessen in Deutschland zu schützen. Möglicherweise übernahm er die sogenannte Geldbrunnen-Legende von Hans Konrad Sondereggers jüngerem Bruder René Sonderegger (1899–1965), der die Verschwörungserzählung später unter dem Titel *Das Dritte Reich im Dienste der Hochfinanz* (1936) veröffentlichte und auch nach 1945 nicht davon abrückte.¹¹⁹²

Werner Zimmermann versuchte trotz des Verbots der Freiwirtschaftsorganisationen in Deutschland weiterhin als Redner aufzutreten und seine Bücher zu verkaufen. Er konnte zwar nicht mehr über Freiwirtschaft sprechen, jedoch

1191 Fritz Schwarz, Die Nationale Front als Schutztruppe des Großkapitals. Aus dem Vortrag von Frid. Forster in der Limmathauskundgebung am 19. Januar 1935, in: *Freiwirtschaftliche Zeitung*, 13/8 (1935), S. 2.

1192 René Sonderegger war 1933 Mitbegründer der frontistischen Partei *Neue Schweiz* und ab 1935 führte er den *National-Demokratischen Schweizerbund* an. Der Schriftsteller und Publizist spielte keine tragende Rolle in der Freiwirtschaftsbewegung, in seinen Schriften verwies er aber immer wieder auf den Nutzen freiwirtschaftlicher Reformen und äusserte sich über seinen bekannteren Bruder Hans Konrad Sonderegger. Noch bis Ende der 1930er Jahre veröffentlichte René Sonderegger kritische Schriften über die Nationalsozialisten und positionierte sich gegen den sich verschärfenden Antisemitismus. Mit Kriegsbeginn schwenkte er jedoch zum glühenden Hitler-Verehrer um und forderte in Pamphleten wie *Die Schweiz im Paneuropa Adolf Hitlers* (1940) die Eingliederung der Schweiz in ein nationalsozialistisches Grossdeutschland. Diese Schriften wurden allesamt verboten und Sonderegger 1941 wegen angeblicher Spionagetätigkeiten verhaftet, jedoch nach einigen Tagen wieder freigelassen. Auch nach 1945 hielt Sonderegger an seinen nationalsozialistischen Überzeugungen fest und veröffentlichte unter dem Pseudonym Severin Reinhard weiterhin Bücher mit antisemitischen Verschwörungserzählungen wie *Spanischer Sommer* (1948). Nachdem in den Schweizer Medien zunehmend Kritik an diesen Schriften aufgekommen war, emigrierte Sonderegger nach Spanien, wo das Franco-Regime dem NS-Sympathisanten Unterschlupf gewährte: vgl. Wolf, *Faschismus in der Schweiz*, S. 62–66; Christof Wamister, *Zwischen Freiwirtschaft und Fronten. Der andere Sonderegger oder die Irrfahrt des Severin Reinhard*, in: *Appenzellische Jahrbücher*, 143 (2016), S. 82–100.

versicherte er Anfang 1935 in der *Tau*-Zeitschrift, dass „öffentliche vorträge über fragen der Lebensreform und Erziehung“ weiterhin möglich seien.¹¹⁹³ So reiste Zimmermann unter anderem im Mai 1935 zu einer Ferienwoche mit Vorträgen zur *Künstlerkolonie Worpswede* in der Nähe von Bremen.¹¹⁹⁴ Dieses fortdauernde Engagement im nationalsozialistischen Deutschland stiess in der Schweiz wiederum auf starke Kritik. Zimmermann reagierte jedoch auf diese Angriffe mit Trotz. So schrieb er in der *Tau*-Zeitschrift: „freunde, mich könnt ihr nicht einengen. entweder ihr nehmt mich, wie ich bin – und ich lasse mir keinen teil der erde, kein glied abschneiden! – oder ihr geht eurer wege und verzichtet auf meine mitarbeit.“ Seinen Kritikern warf er vor, mit engstirnigem „schweizergeist“ zu urteilen, anstatt einmal über den eigenen Tellerrand hinauszuschauen.¹¹⁹⁵ Selbst 1936 warf er ihnen vor, sie seien „nicht mehr fähig, zwischen einseitiger verhimmelung oder verdammnis den mittelweg der sachtlichkeit zu finden und zu gehen.“ Das zeige sich „besonders auch in der beurteilung des neuen deutschland“.¹¹⁹⁶

Trotz dieser Sympathiebekundungen geriet Zimmermann auch in Deutschland immer stärker unter Druck. Die sogenannte Reichsschrifttumskammer hatte schon 1934 mehrere seiner Bücher auf die Liste mit „schädlicher und unerwünschter Literatur“ gesetzt – darunter die freiwirtschaftliche Schrift *Sozialismus in Freiheit* sowie die sexualreformerischen Schriften *Liebesklarheit*, *Befreiung der Frau* und die Karezza-Übersetzungen. Im Oktober 1935 durfte auch die *Tau*-Zeitschrift nicht mehr in Deutschland erscheinen, weil sie dazu geeignet sei, „in der Bevölkerung Verwirrung anzurichten und das nationalsozialistische Kulturwollen zu gefährden.“¹¹⁹⁷ Im Juni 1938 spitzte sich die Situation weiter zu, als die *Gestapo* Zimmermanns Verleger Rudolf Zitzmann wegen der Veröffentlichung „unerwünschter Schriften“ verhaftete und kurzzeitig im Konzentrationslager Dachau internierte. Danach wurde er bis Anfang 1940 in einem Gefängnis in Nürnberg festgehalten. Der Verlag wurde geschlossen und später aufgelöst. Dabei wurden sämtliche Publikationen – darunter auch Werner Zimmermanns – beschlagnahmt.¹¹⁹⁸

1193 Werner Zimmermann, vorträge und lager 1935, in: *Tau*, 12/132 (1935), S. 30.

1194 Vgl. Werner Zimmermann, worpswede, in: *Tau*, 12/135 (1935), S. 27 f.

1195 Werner Zimmermann, schweizergeist, in: *Tau*, 12/135, S. 29.

1196 Werner Zimmermann, schweizer selbstkritik, in: *Tau*, 13/147 (1936), S. 15.

1197 O. A., Brief an das Landgericht Nürnberg-Fürth, 20. Oktober 1938, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958.

1198 O. A., Brief an die Gestapo, 4. Juni 1939, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958; siehe dazu auch: Onken, Rudolf Zitzmann, S. 37 f.

Um die Herausgabe seiner Bücher zu beantragen, wandte sich Zimmermann im Dezember 1938 an das *Deutsche Generalkonsulat* in Zürich.¹¹⁹⁹ Dieses setzte sich postwendend beim *Auswärtigen Amt* in Berlin für den Schweizer ein. In einem Schreiben gaben die Diplomaten zu bedenken, dass Zimmermann „Deutschland gegenüber [...] günstig eingestellt“ sei. Kurz nach dem Anschluss Österreichs habe er in Zürich und anderen Schweizer Städten Vorträge gehalten, „in denen er den Anschluß als geschichtlich notwendig und richtig bezeichnet[...]“ habe und deshalb von der „Linkspresse schärfstens angegriffen“ worden sei. „Mit Rücksicht auf die deutschfreundliche Einstellung Zimmermanns“ begrüße das *Deutsche Generalkonsulat* die Herausgabe der Bücher.¹²⁰⁰ Mit gleicher Argumentation intervenierte im September 1939 auch das *Reichsministerium für Volksaufklärung und Propaganda* bei der *Gestapo*, die mit der Auflösung des *Zitzmann-Verlags* beauftragt worden war: „Um dem Reich in der augenblicklichen Situation nicht eine positive Propagandamöglichkeit in der Schweiz zu entziehen“, müsse der Vorgang beschleunigt werden. Zimmermann habe sich „in der Schweiz immer sehr für die deutschen Interessen eingesetzt“ und beabsichtige auch weiterhin „Druckaufträge an reichsdeutsche Firmen zu vergeben.“ Der Export der verbleibenden Bücher in die Schweiz erzeuge zudem dringend benötigte Devisen.¹²⁰¹ Tatsächlich erhielt Zimmermann kurz darauf sieben Kisten mit seinen Büchern aus Deutschland zugeschickt.¹²⁰²

Dieser Vorgang zeigt deutlich, dass Zimmermann einerseits aus ökonomischen Interessen heraus in Nazi-Deutschland aktiv blieb und dafür sogar mit höchsten Stellen des Regimes zusammenarbeitete. Es wäre aber zu kurz gegriffen, Zimmermanns Anbieterungsversuche allein mit finanziellen Zwängen zu erklären. Dafür verteidigte er den Nationalsozialismus zu lange gegen seine Kritiker in der Schweiz. Zu gross war seine Hoffnung, dass die Nationalsozialisten doch noch die ersehnten Reformen umsetzen würden. Noch in einem Interview in den späten 1970er Jahren bekundete er unverhohlen, dass „auch bei der Nazibewegung zum Teil gute Kräfte mitwirkten, die das Richtige

1199 Werner Zimmermann, Brief an das Deutsche Generalkonsulat, 7. Dezember 1938, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958.

1200 O. A., Brief an das Auswärtige Amt, 16. Dezember 1939, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958.

1201 O. A., Brief an die Gestapo, 8. September 1939, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958.

1202 O. A., Brief an die Gestapo, 16. November 1939, in: Deutsches Bundesarchiv, R/56/V 958.

wollten.“ Ein „Nazi“ sei er aber trotzdem nie gewesen.¹²⁰³ Tatsächlich war Zimmermann nie aktives Mitglied der Reichsschrifttumskammer oder anderer nationalsozialistischer oder faschistischer Parteien und Organisationen in Deutschland oder der Schweiz.

Gab es lebensreformerisch-freiwirtschaftliche Parteien?

Die *Liberalsozialistische Partei* und der *Landesring der Unabhängigen*

Mit dem Ende der Wirtschaftskrise und der Abwertung des Schweizerfrankens verlor die Freiwirtschaftsbewegung in den späten 1930er Jahren ihre wichtigsten Mobilisierungsthemen, woraufhin der *Schweizer Freiwirtschaftsbund* wiederum stagnierte. In der Folge brachen interne Konflikte über die Ziele und Strategien der Bewegung aus. Neben Fritz Schwarz pochte vor allem der Zürcher Lehrer und Autor Werner Schmid (1898–1981) auf die Umwandlung der Bewegung in eine politische Partei. Dadurch erhoffte er sich mehr Mobilisierungspotential bei den Wahlen. Eine starke Minderheit der Mitglieder lehnte jedoch die Integration der Freiwirtschaftsbewegung ins parteipolitische System der Schweiz grundlegend ab. Sie wollten sich weiterhin als vermeintlich unpolitische Alternative zum Parlamentarismus positionieren. Auf ihrer Seite bewegte sich der einflussreiche Wortführer Hans Konrad Sonderegger, der 1939 als Nationalrat erneut ins Parlament eingezogen war und mit Beginn des Zweiten Weltkriegs zunehmend autoritäre Züge zeigte. So versuchte er sich in Briefen an befreundete Nationalräte als neuen Bundesrat ins Gespräch zu bringen, der die Schweiz per Notverordnung regiert. Als die Briefe 1943 wegen Meinungsverschiedenheiten innerhalb des *Schweizerischen Freiwirtschaftsbundes* an die Öffentlichkeit gelangten, warfen ihm verschiedene Zeitungen Landesverrat vor und die Bundesanwaltschaft nahm Ermittlungen auf. Obwohl die Untersuchung bald wieder eingestellt wurde, trat Sonderegger 1943 nicht mehr an den Nationalratswahlen an und zog sich aus der Freiwirtschaftsbewegung zurück.¹²⁰⁴ Der Skandal um Sondereggers angebliche Umsturzpläne beschleunigte zugleich den Zerfall der Freiwirtschaftsbewegung und führte schliesslich zu deren Aufspaltung. Während sich die Gegner einer parteipolitischen

1203 Kästli, Auf der Suche nach dem dritten Weg zwischen Kapitalismus und Kommunismus, S. 22.

1204 Siehe dazu: Yves Demuth, Der „Fall Sonderegger“. Von der Affäre um den ersten freiwirtschaftlichen Bundespolitiker H.K. Sonderegger von 1943, Lizentiatsarbeit Universität Freiburg 2007.

Ausrichtung zur *Freiwirtschaftlichen Bewegung der Schweiz* zusammenschlossen, initiierte Schmid 1946 die Gründung der *Liberalsozialistischen Partei*.¹²⁰⁵

In ihrem ersten Grundsatzprogramm führte die neue Partei die viel beschworene Forderung nach einem dritten Weg zwischen Kapitalismus und Sozialismus weiter: Einerseits könne es keinen „Liberalismus ohne wirtschaftliche Gerechtigkeit“ geben, weil die Ungleichheit früher oder später einen „Aufstand der Ausgebeuteten und Besitzlosen“ heraufbeschwöre. Auf der anderen Seite führe der „Sozialismus ohne Sicherung der persönlichen und politischen Freiheitsrechte zum totalen Staat mit imperialistischen Tendenzen“. Nur die Verbindung beider Ideale ermögliche eine „dauernde[...] Befriedigung der Menschen und Völker“.¹²⁰⁶ Wie von Silvio Gesell gefordert, sollte die Schweiz eine umlaufgesicherte Währung einführen und den privaten Bodenbesitz sukzessiv verstaatlichen. Ebenso postulierte die *Liberalsozialistische Partei* den wirtschaftlichen Wettbewerb als Grundlage einer freien Gesellschaft. Daraus folgte sie nicht nur einen möglichst schlanken Staat, der sich nicht in die Wirtschaft einmischt, sondern auch die Stärkung der Bürgerrechte – darunter auch die Einführung des Frauenwahlrechts.¹²⁰⁷ Hinweise auf lebensreformerische Forderungen gab es im ersten Grundsatzprogramm der Liberalsozialisten jedoch keine mehr. Als politische Partei kehrte die Schweizer Freiwirtschaftsbewegung wieder zu ihren wirtschaftspolitischen Hauptforderungen zurück.¹²⁰⁸

Eine starke Verbindung zu lebensreformerischen und freiwirtschaftlichen Themen und Akteuren zeigte auch der 1936 gegründete *Landesring der Unabhängigen (LdU)*. In dieser Partei versuchte Gottlieb Duttweiler nach eigenen Worten die besten Köpfe der Schweiz unabhängig von parteipolitischem Lagerdenken zu versammeln. Der *Landesring* sollte jedoch in erster Linie den wirtschaftlichen Interessen des *Migros*-Gründers dienen. Nachdem er seit 1925 mit innovativen Ansätzen wie Verkaufswagen, Eigenmarken und rationalisierten Abläufen den etablierten Detailhandel zunehmend bedrängt hatte, versuchten sich mittelständische Unternehmer seit den frühen 1930er Jahren politisch gegen die neue Konkurrenz zu wehren. Dazu reichte der *Schweizerische*

1205 Vgl. Schärer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 277–291.

1206 Liberalsozialistische Partei der Schweiz, Das Programm der Freiheit, Bern 1947, S. 5.

1207 Vgl. ebd., S. 24–29.

1208 Ob sich im Verlauf der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts erneut Lebensreformer und Lebensreformerinnen in der Freiwirtschaftsbewegung engagierten, wurde bisher nicht erforscht.

Gewerbeverband zusammen mit der frontistischen *Neuen Schweiz* 1933 eine Motion gegen die Eröffnung neuer Verkaufsgeschäfte ein, die im Eilverfahren vom Bundesrat abgesehnet wurde. Duttweiler ging mit dem *LdU* nicht nur gegen dieses „Filialverbot“ vor, sondern versuchte auch weitere Regulierungen der Wirtschaft zu verhindern.¹²⁰⁹

Dieser wirtschaftsliberale Ansatz zeigte sich entsprechend auch im ersten Grundsatzprogramm der „Migros-Partei“. Der Staat sollte möglichst nicht in die Handels- und Gewerbefreiheit eingreifen und den globalen Freihandel fördern.¹²¹⁰ Mit diesen Deregulierungsforderungen traf der *LdU* auf grosse Sympathien in der Freiwirtschaftsbewegung. Zwar distanzierte sich der *Landesring* in seinem ersten Grundsatzprogramm von der Freiwirtschaftslehre, „weil ein Land mit so grosser internationaler Verflechtung wie die Schweiz [...] auf einen festen Wechselkurs angewiesen“ sei und „das freie Eigentum an Grund und Boden [...] tief in der Schweizerart verwurzelt“ sei.¹²¹¹ Gleichwohl bildeten sich bald enge Kontakte, die über Jahrzehnte hinweg gepflegt wurden. So zogen mehrere führende Freiwirtschaftler wie Friedrich Salzmann, Werner Schmid und Hans Bernoulli auf Listen des *Landesrings* in den Nationalrat ein.¹²¹²

Der *Landesring der Unabhängigen* zeigte aber nicht nur eine grosse Nähe zur Freiwirtschaftsbewegung, auch wichtige Lebensreformer wie Felix Moeschlin und Franklin Bircher politisierten in dieser Partei. Der Sohn Max Bircher-Benners und bekannte Naturheilarzt zog schon 1935 auf Gottlieb Duttweilers „Freien Liste“ im Kanton Zürich ins Parlament ein und beeinflusste in der Folge mit seinen lebensreformerischen Ideen das erste Grundsatzprogramm des *Landesrings*. Sowohl ernährungsreformerische Anliegen als auch naturheilkundliche Gesundheitsvorstellungen waren dort in Punkt 20 zu lesen:

Die Lebenskraft des Volkes ist durch eine weitsichtige und aktive Gesundheitspolitik, besonders auf dem Gebiet der Ernährung, Wohnung und Körpererziehung zu steigern. Genußmittelindustrien und Gewerbe, welche Schädigungen der Volksgesundheit verursachen, sind gemäß den durch sie verursachten Vorsorge- und

1209 Vgl. Hans Georg Ramseier, Die Entstehung und die Entwicklung des Landesringes der Unabhängigen bis 1943, Zürich 1973, S. 7–32.

1210 Vgl. Landesring der Unabhängigen, Warum Landesring? Grundsätze, Satzungen, Landesvorstand, Geschäftsstelle, Beitritts-Erklärungen, Zürich 1937, S. 7 f.

1211 Landesring der Unabhängigen, Handbüchlein für den Landesring, Zürich 1937, S. 49.

1212 Die Verbindung zwischen der Freiwirtschaftsbewegung und dem *LdU* sind noch weitgehend unerforscht. Für einige Hinweise siehe: Schärfer, Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat, S. 290 f.

Fürsorgeschäden mit entsprechenden variablen Abgaben zu belasten. Tätiger Sport ist ein natürliches Bedürfnis unserer Generation; er ist geeignet, die körperlichen und geistigen Kräfte zu erhalten und einen fairen und offenen Charakter zu schaffen und deshalb zu fördern.¹²¹³

An anderer Stelle forderte der *LdU* die „Förderung des Süß- und Gärmostabsatzes“ und die „Aufarbeitung von Ueberschüssen zu Konserven aller Art“. Die „alkoholfreie Verwertung von Obstüberschüssen“ sei nicht nur aus gesundheitlichen Überlegungen zu stärken, sondern auch volkswirtschaftlich sinnvoll.¹²¹⁴ Zum lebensreformerischen Streben nach einem gesunden Lebensstil passte auch die Unterstützung für „Eigenheimsiedlungen“. So betonte der *LdU*, dass ein „[g]esundes Familienleben [...] am besten in naturverbundenen ländlichen Eigenheimen“ gedeihe. Diese lebensreformerisch geprägte Siedlungspolitik sollte „dem ungesunden Anwachsen der Städte entgegen[wirken]“.¹²¹⁵

Der frisch gewählte Nationalrat Bircher begann sich direkt im Parlamentsbetrieb für diese lebensreformerischen Anliegen einzusetzen. So regte er 1936 in seiner ersten Eingabe an den Bundesrat die Schaffung einer „Abteilung für wissenschaftlich-medizinische Krankheitsverhütung“ im *eidgenössischen Gesundheitsamt* an. Bircher erklärte, dass sich der Staat und die Krankenkassen stärker für die gesundheitliche „Vorsorge“ einsetzen müssten, anstatt die „Fürsorge“ weiter auszubauen. Es sei günstiger, die Gesundheit zu erhalten als Krankheiten zu behandeln. Nur durch prophylaktische Massnahmen zur „Gesundung der Volkskonstitution“ lasse sich das Krankenversicherungssystem langfristig finanzieren.¹²¹⁶ Als konkrete Massnahmen zählte er typische Anliegen der Ernährungsreform auf:

1213 Landesring der Unabhängigen, Warum Landesring? S. 9.

1214 Landesring der Unabhängigen, Handbüchlein für den Landesring, S. 8 f. Für Duttweiler war die Förderung der Süßmostverarbeitung auch mit eigenen, finanziellen Interessen verbunden. Hatte er doch als erste Eigenmarke der *Migros* die *Alkoholfreie Weine AG* übernommen.

1215 Landesring der Unabhängigen, Warum Landesring? S. 10. Die Suche nach einer naturverbundenen Lebensweise auf dem Land gehörte seit dem 19. Jahrhundert zu den Kernforderungen lebensreformerisch orientierter Akteure. Vor diesem Hintergrund entwickelte sich im frühen 20. Jahrhundert die sogenannte Gartenstadt als idealtypische Wohnform der Lebensreformbewegung. Siehe dazu das folgende Kapitel 6.3.

1216 Franklin Bircher, Kommentar zur Eingabe betreffend die Errichtung einer Abteilung für wissenschaftlich-medizinische Krankheits-Verhütung und -Behandlung, S. 5, in: Bundesarchiv, Motion Bircher: Abteilung für Krankheitsvorbeugung und Therapie, E3300B#1000/763#12*.

Es sei hier an die Probleme der alkoholfreien Obstverwertung, der Schaffung eines gesunden Volksbrottes, Förderung des Gemüsekonsums, der Zollpolitik in der Nahrungs- und Genussmitteleinfuhr erinnert. Ferner seien die äusserst brennenden Fragen hygienischer Milchbeschaffung und Verhinderung der Ueberforcierung der Produktion in der Landwirtschaft durch Krafftütterung und Kunstdünger erwähnt.¹²¹⁷

Mit der Förderung einer alkoholfreien, vegetabilen Ernährung und der Kritik an günstigen Genussmittelimporten griff Bircher lebensreformerische Hauptforderung auf. Die Ablehnung von Krafftutter und Kunstdünger in der Landwirtschaft verweist zudem auf den entstehenden Biolandbau. Nicht zuletzt forderte er die Stärkung naturheilkundlicher Behandlungsmethoden in der Medizin, indem die akademisch ausgebildeten Ärzte über die neuesten Erkenntnisse der Ernährungsforschung aufgeklärt werden sollten. Dabei kritisierte Bircher mit naturheilkundlichem Duktus, dass die ärztliche Therapie seit Jahrzehnten „ins Schlepptau der pharmazeutischen Industrie geraten“ sei. Nur der Staat habe die Möglichkeit, den Ärzten „objektive, wissenschaftliche Literatur zu beschaffen“. Dazu verwies er unter anderem auf die Schriften seines Bruders Ralph Bircher. Zudem forderte er finanzielle Unterstützung für „Spezialabteilungen an Spitälern für Ernährungstherapie“, „Diätschulen“ und „Diätköchinnen“.¹²¹⁸

In einer weiteren Motion forderte Bircher 1937 die Schaffung einer „eidgenössischen Ernährungscommission“, die abklären sollte, wie die Gesundheit der Bevölkerung durch die Ernährung beeinflusst werde. Damit setzte Bircher ein weiteres lebensreformerisches Kernanliegen auf die Tagesordnung des Parlaments.¹²¹⁹ Zur fachlichen Erläuterung der Anfrage rief der Bundesrat zwei Konferenzen mit Vertretern mehrerer Bundesämter und verschiedener Gesundheitsexperten ein. Zu den Teilnehmern gehörte neben zahlreichen Ärzten und Medizinprofessoren auch Franklin Birschers Vater Max Bircher-Benner. Der einflussreiche Ernährungsreformer und Naturheilarzt sprach sich für Aufklärungskampagnen aus, um die Bevölkerung für eine vegetarische Ernährung zu sensibilisieren und in diätetischen Kochpraktiken zu schulen. Ebenso nutzte Bircher-Benner seinen Auftritt, um die Nahrungsmittelindustrie zu kritisieren und den Universitäten eine zu einseitige Medizinausbildung vorzuwerfen. Die Schweizer Regierung lehnte die „Motion Bircher“ jedoch ab.

1217 Ebd., S. 6.

1218 Ebd., S. 6.

1219 Siehe dazu: Bundesarchiv, Motion Bircher: Ernährungscommission, E3300B#1000/763#7*.

Der verantwortliche Bundesrat Philipp Etter (1891–1977) gab zu bedenken, dass der Staat keine zusätzlichen Ausgaben für neue Kommissionen aufbringen könne.¹²²⁰

Erst vor dem Hintergrund des beginnenden Weltkrieges wurde das Anliegen wieder aufgenommen und als *Eidgenössische Kommission für Kriegsernährung* umgesetzt. Sie sollte über eine sichere und gesundheitserhaltende Landesversorgung während der Kriegszeit beraten. Unter anderem gehörte der Kommission mit Else Züblin-Spiller auch eine Vertreterin der Abstinenzbewegung an.¹²²¹ Zudem zeigte die 1940 durch Friedrich T. Wahlen (1899–1985) lancierte „Anbauschlacht“, dass ernährungsreformerische Anliegen auch in dieser Krisenzeit vermehrt Beachtung erhielten. So beinhaltete der „Plan Wahlen“ beispielsweise eine Reduktion tierischer Produkte in der alltäglichen Ernährung der Bevölkerung. Mit der Umstellung der flächenintensiven Nutztierhaltung zum Ackerbau sollte der Selbstversorgungsgrad der Schweiz erhöht werden. Wahlen griff damit auf ein beliebtes Erklärungsmuster der vegetarischen Bewegung zurück.¹²²² Nach dem Zweiten Weltkrieg folgte die Umbenennung der Kommission in *Eidgenössische Kommission für Volksernährung, Lebensmittelgesetzgebung und Lebensmittelkontrolle* und 1993 schliesslich in *Eidgenössische Ernährungskommission*. Welche Rolle lebensreformerische Ansätze und Akteure in diesen Nachfolgeorganisationen spielten, ist bisher nicht erforscht.

In lebensreformerischen Kreisen wurden diese Vorstösse des *Landesrings der Unabhängigen* mit Wohlwollen aufgenommen. Werner Zimmermann bedauerte zwar das schlechte Abschneiden des *Schweizer Freiwirtschaftsbundes* bei den Nationalratswahlen 1935, zeigte sich jedoch über den unerwarteten Erfolg des *Landesrings* erfreut. Duttweiler sei „ein kräftiger, unabhängiger, freiheitlich gesinnter unternehmer“.¹²²³ Ebenso lobte er die Wahl Franklin Birchers. Auch andere lebensreformerische Organisationen wie der *Verein für Volksgesundheit* unterstützten Max Bircher-Benners Sohn. Für die Wiederwahl 1939 gab die Zeitschrift *Volksgesundheit* sogar eine offizielle Wahlempfehlung für Bircher und den *Landesring* heraus.¹²²⁴ Damit gab es zwar nie eine eigentliche

1220 Vgl. Tanner, Fabrikmahlzeit, S. 395–401.

1221 Vgl. ebd., S. 393 ff.

1222 Vgl. ebd., 403–410.

1223 Werner Zimmermann, Schweizer Nationalratswahlen, in: *Tau*, 12/140 (1935), S. 28.

1224 Vgl. o. A., Wir wählen Nationalräte! In: *Volksgesundheit*, 32/20 (1939), S. 395. Adolf Keller-Hoerschelmann hatte schon 1928 die Schaffung einer „Schweizer Reformpartei“ gefordert. Die Naturheilbewegung brauche einen „Vertreter im Nationalrat [...], auf den sie sich verlassen“ könne, argumentierte der Naturheilarzt. Die neue

Lebensreformpartei in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts, viele Anliegen wurden jedoch durch den *Landesring der Unabhängigen* in die politischen Machtzentren der Schweiz getragen. Mit seinen parlamentarischen Vorstössen regte Franklin Bircher nicht nur die Entstehung der *Eidgenössischen Ernährungskommission* an, er sensibilisierte die Bundesbehörden auch für naturheilkundlich geprägte Präventionsmassnahmen und regte die Förderung eines gesunden Lebensstils an. Damit war die Lebensreformbewegung spätestens in den 1930er Jahren nicht mehr nur eine lebensstilorientierte Bewegung, die sich auf die Selbstreform ihrer Mitglieder beschränkte, sondern auch ein politisch einflussreicher Akteur.

6.3 Gesund und günstig wohnen: Bodenreform, Genossenschaften und Gartenstädte

Bevölkerungswachstum, Urbanisierung und Migration: Die neue Lebensweise in den Städten

Um 1800 lebten erst 10 % der Schweizer Bevölkerung in Städten, wovon nur Bern, Zürich, Basel und Genf über 10'000 Einwohner hatten. Hundert Jahre später überschritten alle diese Städte bereits die Marke von 100'000 Einwohnern.¹²²⁵ Insgesamt verdoppelte sich im 19. Jahrhundert die Bevölkerungszahl in der Schweiz von knapp 1.6 Millionen auf 3 Millionen. Wobei nicht alle Regionen gleichermassen von dieser Entwicklung betroffen waren. Weil sich Industriebetriebe, Verwaltung und Dienstleistungssektor vor allem im Mittellandbogen von Genf bis St. Gallen ansiedelten, zogen viele Menschen in diese Region, um in den wachsenden Städten Arbeit zu finden. Die sogenannte Landflucht verstärkte sich durch den abnehmenden Arbeitskräftebedarf in der Landwirtschaft. Obwohl die landwirtschaftliche Produktion markant zunahm, benötigten die Betriebe wegen der anhaltenden Effizienzsteigerung immer weniger Hilfskräfte. Diese Binnenwanderung wurde durch die Niederlassungsfreiheit verstärkt, die im 19. Jahrhundert schubweise ausgeweitet wurde. Zudem heizte seit den 1880er Jahren die Immigration den Urbanisationsprozess an.

Partei könne sich auf eine „große Menge von Anhängern“ stützen: Adolf Keller-Hoerschelmann, Reform-Partei. Zu den Nationalratswahlen, in: Volksgesundheit, 21/21 (1928), S. 348.

1225 Angelus Eisinger, Urbanisierung, in: Historisches Lexikon der Schweiz, Onlineversion: <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D7876.php> (11.02.2019).

Waren bis dahin mehr Menschen ausgewandert als eingewandert, drehte nun der Wanderungssaldo ins Positive. Dadurch stieg der Ausländeranteil zwischen 1837 und 1910 von 2,6 % auf 14,7 % an. Weil insbesondere die urbanen Regionen mit lukrativen Arbeitsplätzen lockten, befeuerte die Migration in erster Linie das Städtewachstum.¹²²⁶

Eine entscheidende Voraussetzung für das Wirtschafts- und Bevölkerungswachstum war die leichte Erreichbarkeit der Städte. Nicht nur die Menschen verlangten grössere Mobilität, um sich schneller fortzubewegen, sondern auch die Waren mussten in der industriellen Marktwirtschaft des 19. Jahrhunderts immer schneller und zuverlässiger zirkulieren. Der Ausbau der Transportwege und die steigende Mobilität waren deshalb eine wichtige Etappe auf dem Weg zur industrialisierten Konsumgesellschaft. Als der Eisenbahnbau in der Schweiz begann, existierten im europäischen Umland bereits zehntausende Kilometer Schienen. Dadurch drohte das Alpenland nicht nur zu einer Sackgasse im europäischen Eisenbahnnetz zu werden, sondern auch den Anschluss an die industrielle Entwicklung zu verpassen. Erst nach der Gründung des Bundesstaates und der darauffolgenden Dominanz liberaler Wirtschaftslenker wie Alfred Escher (1819–1882) setzte ab 1858 ein geradezu euphorischer Bauboom ein, der erst in der Wirtschaftskrise der 1870er und 1880er Jahre und mit dem Bankrott der meisten privaten Eisenbahngesellschaften endete. Bis 1866 waren die grössten Städte des Schweizer Mittellandes an das Eisenbahnnetz angeschlossen. Erst die 1882 eröffnete Gotthardbahn katapultierte die Schweiz vom peripheren Wirtschaftsraum zum Transitland im Zentrum Westeuropas.¹²²⁷

Als die meisten Menschen noch in ländlichen Gebieten wohnten, stellten sie einen Grossteil des täglichen Nahrungsbedarfs selbst her. Viele Stadtbewohner und Stadtbewohnerinnen hatten bis ins 19. Jahrhundert kleine Stadtgärten oder Felder im Umland. Für die restlichen Produkte gab es Wochenmärkte, Krämerläden und umherziehende Hausierer. Der Handel zwischen Stadt und Land wurde durch Zünfte und Stadtregierungen streng reguliert und bisweilen abgeschottet. Erst mit der sich durchsetzenden Handels- und Gewerbefreiheit im 19. Jahrhundert diversifizierte sich das Angebot. Zudem benötigten die

1226 Anne-Lise Head-König, Bevölkerung, in: Historisches Lexikon der Schweiz, Onlineversion: <http://www.hls-dhs-dss.ch/textes/d/D7946.php> (11.02.2019).

1227 Vgl. Bruno Fritzsche, Eisenbahnbau und Stadtentwicklung in der Schweiz, in: Peter Borscheid et al. (Hg.), Städtewachstum, Industrialisierung, sozialer Wandel. Beiträge zur Erforschung der Urbanisierung im 19. und 20. Jahrhundert, Berlin 1986, S. 175–194.

rasant anwachsenden Städte ein neuartiges Distributionssystem, das sowohl die steigende Nachfrage nach Grundnahrungsmitteln als auch den Wunsch nach Luxusprodukten und Genussmitteln befriedigen konnte. Weil die Fabrikarbeiterinnen und Büroangestellten in diesen industrialisierten Grossstädten weder Zeit noch verfügbare Anbauflächen hatten, um eigene Nahrungsmittel herzustellen, mussten sie ihren kompletten Bedarf einkaufen.¹²²⁸

Eine Alternative zur urbanen Lebensweise? Die Genossenschafts-siedlungen der Frühsozialisten und Vegetarierinnen

Diese neue, urbane Lebensweise stiess bereits im beginnenden 19. Jahrhundert in früh industrialisierten Ländern wie England auf wachsende Kritik. Vor allem die engen, unhygienischen Wohnverhältnisse der Fabrikarbeiter und -arbeiterinnen wurden zunehmend als Problem erkannt. Als erste versuchten sogenannte Frühsozialisten wie Robert Owen (1771–1858) diese prekären Lebensbedingungen durch genossenschaftliche Wohnformen und Unternehmensstrukturen zu entschärfen. Owen ging davon aus, dass die Arbeiter und Arbeiterinnen ihre marginalisierte Stellung im Wirtschaftssystem entscheidend verbessern könnten, wenn sie ihre Arbeitskraft und Finanzmittel zusammenlegten und eigene Handwerks-, Fabrik- oder Landwirtschaftsbetriebe leiten würden.¹²²⁹ In sogenannten Vollgenossenschaften sollten sie aber nicht nur die Arbeits- und Wohnbedingungen gemeinsam regeln, sondern alle Bereiche des alltäglichen Lebens wie die Nahrungsmittelversorgung, Erziehung, Gesundheit und soziale Sicherheit. Owen erkannte jedoch, dass sich eine so umfassende Neugestaltung des Zusammenlebens nicht im urbanen Raum verwirklichen lasse. Darum sollten ausserhalb der Städte autarke Genossenschaftssiedlungen entstehen.¹²³⁰

Um seine Idee zu erproben, kaufte der britische Sozialreformer 1824 die Siedlung *Harmony* im US-Bundestaat Indiana. Die kleine Stadt wurde 1814 durch den pietistischen Prediger Johann Georg Rapp (1757–1847) gegründet. Der deutsche Auswanderer hatte dort eine urchristliche Gütergemeinschaft eingeführt und liess neben Wohnhäusern, Kirchen und Schulen auch profitable

1228 Vgl. Teuteberg, Zum Problemfeld Urbanisierung und Ernährung im 19. Jahrhundert, S. 1–12.

1229 Vgl. Michael Prinz, Genossenschaften, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 251 ff.

1230 Vgl. ebd., S. 256.

Wirtschaftsbetriebe errichten. Darauf aufbauend versuchte Owen sein eigenes, nun aber streng atheistisch und genossenschaftlich ausgerichtetes Siedlungsexperiment unter dem Namen *New Harmony* durchzuführen. Der Säkularisierungsdruck führte schnell zum Bruch mit den verbliebenen Rappisten, aber auch unter den neuen Siedlern brachen Konflikte über die gemeinschaftlich geführten Betriebe aus. Die meisten Bewohner und Bewohnerinnen der Siedlung hatten keine handwerkliche Ausbildung, weswegen die Güterproduktion ins Stocken geriet. Die Siedlung geriet daraufhin in finanzielle Schwierigkeiten, weshalb Owen das Experiment 1827 aufgab und nach Grossbritannien zurückkehrte.¹²³¹

Nach demselben Muster begann in den 1830er Jahren auch die vegetarische Bewegung im angelsächsischen Raum erste Genossenschaftssiedlungen aufzubauen. Diese Projekte waren zwar deutlich kleiner als die frühsozialistischen Siedlungsversuche, konnten jedoch wegen der ungewöhnlichen Lebensweise ihrer Bewohner und Bewohnerinnen viel Aufmerksamkeit erregen. Den Vegetariern und Vegetarierinnen ging es nicht primär um sozialreformerische Anliegen zur Verbesserung der Lebensverhältnisse bestimmter Gesellschaftsschichten, sondern um einen Zusammenschluss von Gleichgesinnten, die einen spezifischen, vegetarischen Lebensstil teilten. Weil in diesen Landkommunen meistens Einzelpersonen zusammenlebten, die weder verheiratet noch verwandt waren, stellten die neuartigen Wohngemeinschaften auch viele Aspekte des Privatlebens wie Familienmodelle, Geschlechterrollen und Sexualbeziehungen infrage. Damit versuchten die Vegetarier und Vegetarierinnen nicht nur die Alltagstauglichkeit ihrer Ernährungsweise unter Beweis zu stellen, sondern auch vielfältige Fragen des Zusammenlebens neu zu verhandeln.¹²³²

Zu den ersten Projekten dieser Art gehörte das 1838 südwestlich von London eröffnete *Alcott House*. Der englische Pädagoge und Schriftsteller James Pierrepont Greaves (1777–1842) versuchte in dieser Landkommune nicht nur den Vegetarismus durch selbstversorgenden Gemüseanbau zu ermöglichen, sondern ein Bildungs- und Vermittlungszentrum für die vegetarische Bewegung aufzubauen. Zur Siedlung gehörten deshalb auch eine Reformschule in Anlehnung an Heinrich Pestalozzis Erziehungsexperimente in Yverdon und

1231 Vgl. Walter Kiess, *Urbanismus im Industriezeitalter. Von der klassizistischen Stadt zur Garden City*, Berlin 2001, S. 105–115.

1232 Siehe grundlegend zum Konzept der Landkommunen: Ulrich Linse, *Zurück, o Mensch, zur Mutter Erde. Landkommunen in Deutschland, 1890–1933*, München 1983, S. 7–23.

ein Verlag für vegetarisch ausgerichtete Publikationen wie die Zeitschriften *The Healthian* und *The Truth Tester*.¹²³³ Der Name der Landkommune ging auf den US-amerikanischen Vegetarier Amos Bronson Alcott zurück, der wie sein Vetter William Andrus Alcotts in den 1830er Jahren zahlreich Bücher zum Thema veröffentlicht hatte. Alcott besuchte 1842 die Kommune für einige Monate. Zurück in den Vereinigten Staaten eröffnete er unter dem Namen *Fruitlands* seinerseits im Bundesstaat Massachusetts eine selbstversorgende, vegetarische Landkommune, die jedoch wegen schlechter Erträge nach nur wenigen Monaten wieder aufgegeben wurde.¹²³⁴

Amos Bronson Alcott und die anderen Siedler und Siedlerinnen organisierten sich im Umfeld des *Transcendental Club*, der mit der Lebensreform im deutschsprachigen Raum viele Reformbestrebungen teilte.¹²³⁵ Neben Vegetarismus und Bildungsreformen setzten sich die Transzendentalisten auch für den Naturschutz, das Frauenwahlrecht und gegen die Sklaverei ein. Zu den bekanntesten Vertretern dieser Reformbewegung, die auch die *Fruitlands*-Kommune besuchten, gehörten die Schriftsteller Ralph Waldo Emerson (1803–1882) und Henry David Thoreau (1817–1862). Mit Werken wie *Nature* (1836) und *Walden* (1854) prägten sie das Bild einer einfachen, naturverbundenen Lebensweise. Diese Bücher wurden auch im deutschsprachigen Raum begeistert rezipiert.¹²³⁶

Die erste vegetarische Siedlung der Schweiz: Die *Obstbaugenossenschaft Heimgarten* in Bülach

Nachdem sich die vegetarische Bewegung seit den 1870er Jahren auch zunehmend im deutschsprachigen Raum ausgebreitet hatte, wurde 1893 mit der

1233 Vgl. J. E. M. Latham, *Search for a New Eden*. James Pierrepont Greaves (1777–1842): *The Sacred Socialist and His Followers*, Madison 1999, S. 168–180; siehe zum Vegetarismus in Grossbritannien auch: Gregory James, *Of Victorians and Vegetarians. The Vegetarian Movement in Nineteenth-Century Britain*, London 2007.

1234 Vgl. Shprintzen, *The vegetarian crusade*, S. 47–51.

1235 Siehe zum Transzendentalismus u. a.: Philip F. Gura, *American Transcendentalism. A History*, New York 2007.

1236 Vgl. Thorsten Carstensen/Marcel Schmid, *Die Literatur der Lebensreform. Kontexte, Orte und Autoren*, in: Dies. (Hg.), *Die Literatur der Lebensreform. Kulturkritik und Aufbruchstimmung um 1900*, Bielefeld 2016, S. 26. Eine vergleichende Untersuchung zwischen Transzendentalismus und Lebensreform gibt es bisher nicht. Siehe für einige Hinweise zum Zusammenhang zwischen deutscher Reformpädagogik und Transzendentalismus: Skiera, *Reformpädagogik in Geschichte und Gegenwart*, S. 60–68.

Obstbaugenossenschaft Heimgarten auch in der Schweiz ein erster Versuch gestartet, eine Siedlung für Vegetarier und Vegetarierinnen aufzubauen. Zuvor hatte der Zürcher Vegetarismus-Pionier Friedrich Fellenberg zusammen mit dem deutschen Publizisten und Theosophen Julius Sponheimer in der *Vegetarischen Rundschau* zur Gründung einer „ländlichen Heimstätte zur Erziehung eines allseitig naturgetreuen Lebens mit gleichgesinnten Freunden“ aufgerufen. Um das Unterfangen rechtlich abzusichern, wählten sie „die Form der eingetragenen Genossenschaft mit beschränkter Haftpflicht“.¹²³⁷ Dabei warnten sie alle Interessierten, dass der landwirtschaftliche Aufbau mit viel körperlicher Arbeit verbunden sei. Niemand könne in der Siedlung ein „Faulenzerleben“ führen. Auch der „Schreibstubenmensch, der sein ganzes Leben nur Federhalter und Lineal geführt“ habe, müsse sich schnell daran gewöhnen, „seinen Rücken zu krümmen und stunden – ja, tagelang unermüdlich die Erde zu bearbeiten.“¹²³⁸ Offensichtlich kannten sich die beiden Vegetarier mit den Schwierigkeiten des Siedlungswesens aus und versuchten von den Fehlern bereits gescheiterter Projekte zu lernen. So schrieb Fellenberg 1908 rückblickend auf den Siedlungsversuch:

Die neue Welt, speziell Nord-Amerika ist ja reich an Versuchen ähnlicher Art; ungezählt sind die kommunistischen und sozialen Kolonien, die zum Teil schnell vergangen, zum Teil blühend gediehen, zum Teil aber auch einem langen Todeskampf allgemach unterlegen sind.¹²³⁹

Fellenberg ging zwar nicht konkret auf vegetarische Projekte wie *Fruitlands* ein, es ist aber sehr wahrscheinlich, dass er Alcotts Publikationen über den Vegetarismus kannte. Schliesslich hatte Theodor Hahn wenige Jahre zuvor die Schriften der amerikanischen Vegetarier ins Deutsche übersetzt und damit die vegetarische Bewegung in der Schweiz entscheidend geprägt.

Die ersten 16 Mitglieder der Siedlungsgenossenschaft kauften in Bülach, nördlich von Zürich, rund 15 Hektare Land und zwei Bauernhöfe. Zuerst wurde die Wasserversorgung ausgebaut, die sumpfigen Böden wurden entwässert und

1237 Friedrich Fellenberg/Julius Sponheimer, *Obstbaugenossenschaft „Heimgarten“*, in: *Vegetarische Rundschau*, 12/4 (1892), S. 106. In der *Vegetarischen Rundschau* berichteten Sponheimer und Fellenberg danach regelmässig über die Entwicklung der Heimgarten-Siedlung; siehe dazu u. a.: *Vegetarischen Rundschau*, 27/3 (1894), S. 87; *Vegetarische Warte*, 2/7 (1896), S. 226 f.

1238 Fellenberg/Sponheimer, *Obstbaugenossenschaft „Heimgarten“*, S. 108.

1239 Friedrich Fellenberg, *Die Kolonie Heimgarten. Entstehungsgeschichte, Werdegang und Gründe für den Verfall*, Berlin 1908, S. 2 f.

hunderte Obstbäume und Beerensträucher gepflanzt, später auch Gemüsegärten angelegt. Die Bewohner und Bewohnerinnen waren typische Anhänger der vegetarischen Bewegung – „Lehrer, Beamte, Kaufleute, Architekten und Handwerker“ aus den neuen Mittelschichten, die sich die relativ teuren Bodenpreise in der Schweiz leisten konnten.¹²⁴⁰ Während die Siedlung vor allem Deutsche anzog, gab es „fast gar keine schweizerischen Mitglieder“. Fellenberg begründete die Zurückhaltung der Schweizer damit, dass sie „schwerfälliger, weniger zugänglich für Neuerungen und von geringer Phantasie“ seien. Zwar gäbe kein Land der Welt seinen Bürgern „so große Rechte“ wie die Schweiz, jedoch fehle dort den Menschen ein „gewaltige[r], aufwärtsstrebende[r] Antrieb“ wie in Deutschland.¹²⁴¹

Die Siedlung versuchte „die Leute aus den Städten aufs Land zurück[zu]bringen“, um damit der „stets zunehmenden Entartung“ entgegenzuwirken.¹²⁴² Das Leben im *Heimgarten* sollte die Gesundheit der Bewohner und Bewohnerinnen stärken und die „Wiederherstellung aller Kräfte und Säfte des Körpers“ ermöglichen. Fellenberg sah in der Siedlungstätigkeit eine Möglichkeit, dem „Ideal naturgemäßer Lebensführung“ im Alltag näherzukommen.¹²⁴³ Es ging um die praktische Verwirklichung lebensreformerischer Gesundheitspraktiken:

Wir konnten in Hemd und Hose oder auch nur mit Badehose bekleidet im Freien arbeiten, ohne Einschränkung Sonnen- und Luftbäder nehmen und ohne Kosten eine fortgesetzte Kur nach naturgemäßen Grundsätzen machen, die der Städter sich nur unter großen Opfern an Zeit und Geldmitteln erlauben kann.¹²⁴⁴

Allzu krank und hilfsbedürftig sollten die Siedler und Siedlerinnen aber nicht sein. Mit kühler Distanz stellte Fellenberg fest, dass es eine „allgemein anerkannte Tatsache“ sei, „daß sich in dem Kreise der Vegetarier sehr viel krankes Menschenmaterial“ zusammenfinde. Nach „vielen Irrfahrten“ würden die „körperlich heruntergekommenen“ Leute ihren „letzten Rettungsanker“ im Vegetarismus und der naturgemässen Lebensweise suchen. Einige davon hätten sich auch dem *Heimgarten* zugewandt, „um dort gesund zu werden.“¹²⁴⁵

1240 Vgl. Leonhard Kehl, Vegetarische Obstbaugenossenschaft Heimgarten, in: Vegetarische Warte, 1/1 (1895), S. 5 f., zitiert S. 6; siehe dazu auch: Christoph Högger, Entstehung der Obstbaugenossenschaft, in: Lesegesellschaft Bülach (Hg.), Heimgarten bei Bülach. Neujahrsblatt 1993, Bülach 1993, S. 14 f.

1241 Fellenberg, Die Kolonie Heimgarten, S. 53 f.

1242 Ebd., S. 53.

1243 Ebd., S. 15.

1244 Ebd., S. 15.

1245 Ebd., S. 33.

Fellenberg schwärmte zwar über die „herrlich erfrischende Luft“ in Bülach, die „durch keinen Fabrikrauch und keine Ausdünstungen größerer Städte verdorben“ werde und die „stille Umgebung“ in der friedlichen Naturlandschaft, die antiurbanen Reflexe waren aber nicht allzu stark ausgeprägt. Obwohl das hektische Stadtleben immer wieder als rhetorische Negativfolie zum idealisierten Landleben erhalten musste, blieben die urbanen Zentren die wirtschaftlichen und kulturellen Fixpunkte der Siedler und Siedlerinnen. So pendelte Fellenberg täglich zwischen der pulsierenden Grossstadt, wo er eine gutbezahlte Beamtenstelle hatte, und seinem gesundheitsfördernden Wohnort im Grünen. Das war nur möglich, weil die *Heimgarten*-Siedlung an das neugebaute Eisenbahnnetz im Kanton Zürich angeschlossen war. Mit einer „ $\frac{3}{4}$ stündigen Fahrt“ gelangte man in „die größte und lebhafteste Stadt der Schweiz“, die zu dieser Zeit auch das Zentrum der vegetarischen Bewegung in der Schweiz war.¹²⁴⁶

Der städtische Raum diente den Siedlern und Siedlerinnen auch als Absatzmarkt für ihre hergestellten Produkte. Fellenberg verkaufte Früchte, Obst und Gemüse in seinem vegetarischen Restaurant *Pomona* in Zürich. Die Brüder Karl und Georg Utermöhlen gründeten 1906 sogar eine Konservenfabrik, um Konfitüren aus den landwirtschaftlichen Erzeugnissen herzustellen.¹²⁴⁷ Zudem gab es Pläne, eine Bäckerei für Reformbrot zu bauen. Auch über die „Erzeugung von naturgemäßen Nahrungsmitteln, wie sie das Sanatorium von Dr. Kellogg in Amerika herstellt, von alkoholfreien Fruchtsäften, von Gesundheitswäsche“ wurde nachgedacht. Als Nebenerwerb betrieben einige Bewohner und Bewohnerinnen der Siedlung zudem vegetarische Pensionen und Kurhäuser. Fellenberg schwebte ausserdem die „Gründung eines Landerziehungsheims“ und einer „Druckerei und Buchbinderei für [...] naturgemäße Literatur“ vor.¹²⁴⁸

Die *Heimgarten*-Siedlung sollte ein Zentrum der aufstrebenden Reformwirtschaft werden. Die meisten Pläne konnten jedoch nicht umgesetzt werden. Nach Meinungsverschiedenheiten über den Einsatz tierischer Düngemittel und die gemeinschaftliche Nutzung des Bodens trennten sich mehrere Siedler vom Projekt – darunter auch Fellenberg. In der Folge verschuldete sich die Genossenschaft und musste im Frühjahr 1907 Konkurs anmelden. Eine der Gründerfamilien übernahm den gesamten Besitz der Siedlung und führte den

1246 Ebd., S. 4.

1247 Siehe dazu u. a. die Werbeanzeige in Chronik der Stadt Zürich, 3. Februar 1906: „Konservenfabrik Gebrüder Utermöhlen – Heimgarten Bülach – Grösste Edelobstpflanzung der Schweiz“.

1248 Fellenberg, Die Kolonie Heimgarten, S. 52.

landwirtschaftlichen Betrieb weiter.¹²⁴⁹ Nach dem Ende der genossenschaftlichen Siedlungstätigkeit wurde Fellenbergs Idee eines Landerziehungsheims doch noch verwirklicht – wenn auch unter anderen Vorzeichen. Die Stadt Zürich richtete 1912 in einem der ehemaligen Kurhäuser der Siedlung ein sogenanntes Mädchenasyl ein. Junge Frauen zwischen 14 und 22 Jahren, die als „sittlich gefährdet“ galten, sollten dort mit Arbeitseinsätzen wie Garten- und Hausarbeiten umerzogen werden.¹²⁵⁰ Die Erziehungsanstalt wurde 1957 durch ein Internat für schwer erziehbare Schulkinder ersetzt, das bis heute besteht.

Die folgenreichste Wirkung übte die *Heimgarten*-Siedlung jedoch auf die 1893 in Oranienburg gegründete *Vegetarische Obstbaukolonie Eden* aus. Rückblickend bezeichnete Fellenberg die nördlich von Berlin gelegene Genossenschaftssiedlung als „Abkömmling vom Heimgarten“.¹²⁵¹ Nicht nur deren Initiator Bruno Wilhelmi (1865–1909) hatte sich an den Plänen, Satzungen und Zielen der Schweizer Siedlung orientiert, auch der *Heimgarten*-Mitbegründer Julius Sponheimer gehörte zu den Unterzeichnern des Gründungsprotokolls. Wie in Bülach sollte das Landleben die praktische Umsetzung eines vegetarischen, gesundheitsorientierten Lebensstils ermöglichen. Dabei war auch die *Eden*-Siedlung an den öffentlichen Verkehr angebunden, sodass das nahegelegene Berlin als kultureller Resonanzraum der vielfältigen Publikationen diene und als grosser Absatzmarkt der erzeugten Produkte genutzt werden konnte. Die Vegetarierkolonie entwickelte sich schnell zu einem florierenden Wirtschaftsunternehmen mit verschiedensten Reformprodukten wie Marmeladen, Säften, Pflanzenbutter und vegetarischen Fleischersatzprodukten. Neben den Produktionsstätten erhielt die Gemeinde bald auch eine eigene Schule, einen

1249 Vgl. Christoph Högger, Auflösung der Genossenschaft: Konkurs, in: Lesegesellschaft Bülach (Hg.), *Heimgarten bei Bülach*. Neujahrsblatt 1993, Bülach 1993, S. 14 f.

1250 Die ehemalige *Heimgarten*-Siedlung nahm damit eine wichtige Rolle in der Geschichte der fürsorglichen Zwangsmassnahmen in der Schweiz ein. Junge Frauen mit abweichendem Verhalten sollten aus ihrem städtischen Umfeld entfernt werden und im ländlichen Bülach mit bürgerlich konnotierten Sexualvorstellungen, Geschlechterrollen und Leistungsidealien konfrontiert werden. Das strenge Kontrollregime in der Anstalt sorgte mehrmals für aufsehenerregende Auseinandersetzungen. Unter anderem kam es 1953 zu einem Streik der Insassinnen gegen die systematischen Kontroll- und Strafmassnahmen. Siehe dazu: Sabine Jenzer, *Die „Dirne“, der Bürger und der Staat. Private Erziehungsheime für junge Frauen und die Anfänge des Sozialstaates in der Deutschschweiz, 1870er bis 1940er Jahre*, Köln/Weimar/Wien 2014.

1251 Fellenberg, *Die Kolonie Heimgarten*, S. 13.

Kindergarten, ein Gemeindehaus mit diversen kulturellen Angeboten wie auch ein Reformhaus und ein vegetarisches Restaurant. Im Unterschied zum kleinen, kurzlebigen *Heimgarten* überlebte die *Eden*-Siedlung trotz wechselnder Regierungsformen – vom Kaiserreich über die Weimarer Republik, den Nationalsozialismus und das DDR-Regime bis heute. Mit über 100 Hektaren Land und bis zu 450 Mitgliedern erreichte sie schon in den 1920er Jahren wesentlich grössere Ausmasse als das Schweizer Vorbild.¹²⁵²

Aussteigersiedlungen, Künstlerkolonien und neureligiöse Gemeinschaften: *Grappenhof, Aryana-Siedlung und Goetheanum*

Derweilen gab es in der Schweiz weitere, kleine Siedlungsversuche durch lebensreformerisch orientierte Akteure, die sich eher als Aussteiger- und Künstlerkolonien beschreiben lassen. Dazu zählte insbesondere auch die 1900 gegründete Vegetarierkolonie *Monte Verità*, die bereits im Kapitel 2.2 ausführlich beschrieben wurde. Aber auch religiöse Gemeinschaften wie die Mazdaznan-Bewegung und die Anthroposophen versuchten aus der bürgerlichen Gesellschaft auszuweichen, um nach eigenen Werten und Vorstellungen zu leben. Alexander Fischer zufolge sind Aussteiger und Aussteigerinnen „sich abweichend verhaltende, von ihrer gesellschaftlichen Umgebung und ihrer eigenen Rolle entfremdete, einen aktiven freiheitlichen Selbstverwirklichungsakt vollziehende Individuen, die sich aus gesellschaftlichen Bindungen lösen, um ein unangepasstes Leben zu führen.“¹²⁵³ Im Unterschied zu Menschen, die unfreiwillig als Aussenseiter gelten, weil sie die gesellschaftlich geforderten Verhaltensnormen nicht einhalten können oder sogar wegen ihrer Herkunft oder einer Behinderung diskriminiert werden, entscheiden sich Aussteiger und Aussteigerinnen bewusst für einen abweichenden Lebensstil. Auch wenn es schon seit der Antike vereinzelte Menschen wie die Kyniker oder die Einsiedler im Mittelalter gab, die sich selbstbestimmt von der Gesellschaft ihrer Zeit abgrenzten, gab es erst im 19. und vor allem 20. Jahrhundert einen signifikanten Anstieg von Aussteigern und

1252 Vgl. Judith Baumgartner, „Natur ist unsres Lebens Quelle“. Die Obstbausiedlung Eden Oranienburg bis 1918, in: Christiane Barz (Hg.), *Einfach. Natürlich. Leben. Lebensreform in Brandenburg 1890–1939*, Berlin 2015, S. 43–47; siehe dazu auch: Baumgartner, *Ernährungsreform – Antwort auf Industrialisierung und Ernährungswandel*; Werner Onken, *Modellversuche mit sozialpflichtigem Boden und Geld. Lütjenburg*, 1997, S. 12–18.

1253 Vgl. Alexander Fischer, *Existenzielle Spannungsverhältnisse. Überlegungen zum Begriff ‚Aussteiger‘*, in: *Archiv für Begriffsgeschichte*, 57 (2016), S. 272.

Aussteigerinnen. Die ambivalente Wechselwirkung aus steigendem Leistungsdruck und wachsender sozialer Kontrolle, aber auch den rasant zunehmenden Entfaltungsmöglichkeiten in der individualisierten Industrie- und Konsumgesellschaft, führte dazu, dass sich immer mehr Menschen von der bürgerlichen Gesellschaft abwandten und nach eigenen, persönlichen Idealen strebten.¹²⁵⁴ Gerade in der Schweiz blieben aber auch diese Aussteiger und Aussteigerinnen in der Regel mit gesellschaftlichen Institutionen und wirtschaftlichen Zusammenhängen verbunden. Das zeigte sich idealtypisch an der Vegetarierkolonie *Monte Verità*, die mit ihrer Naturheilanstalt einen marktwirtschaftlich orientierten Betrieb für bürgerliche Kurgäste aufbaute.¹²⁵⁵

Eine ähnliche Siedlung wie in Ascona versuchte der Südtiroler Josua Klein (1867–1945) am Walensee im St. Gallischen Amden aufzubauen. 1903 kaufte er dort mit der Schenkung eines deutschen Adligen mehrere Wohn- und Wirtschaftshäuser mit landwirtschaftlichen Anbauflächen und liess ein Gemeinschaftshaus – der sogenannte Grappenhof – errichten. In Anlehnung an die *Eden*-Siedlung sollte eine selbstversorgende Gemeinschaft mit genossenschaftlicher Arbeitsteilung entstehen. Wobei das Zusammenleben stark durch theosophische Überzeugungen geprägt war und sich Josua Klein als Prophet einer neureligiösen Glaubensgemeinschaft inszenierte. Um den Aufbau der Siedlung zu koordinieren, wurde Paul Schirrmeister (1868–1945) nach Amden eingeladen. Der deutsche Naturheilkundler hatte zuvor als Vorstandsmitglied die Geschicke in *Eden* mitgetragen. Im Unterschied zur deutschen Obstbaukolonie traf er jedoch in der Schweiz nicht auf motivierte Siedler und Siedlerinnen, die ein neues Leben aufbauen wollten, sondern auf eine Gruppe Sinnsuchende ohne klare Ziele und Pläne für ihre Siedlungstätigkeit: „In Amden trifft er auf Menschen, die in Häusern zusammenleben, die ihnen nicht gehören und von fruchtbarem Land umgeben sind, das niemand fachmännisch bewirtschaftet. [...] In Amden beschäftigte sich jeder mit was er gerade Lust hatte, ausser es stand wieder eine der stundenlangen Unterweisungen durch Josua Klein bevor.“ Darum reiste Schirrmeister nach wenigen Monaten resigniert wieder ab.¹²⁵⁶

1254 Vgl. ebd., S. 259–275; Es gibt kaum historisch vergleichende Untersuchungen, die sich mit den Kontinuitäten abweichender Lebensstile beschäftigen. Die meisten Studien beschränken sich auf die Zeit nach 1945. Siehe für einen summarischen Überblick: Christoph Conti, *Abschied vom Bürgertum. Alternative Bewegungen in Deutschland von 1890 bis heute*, Reinbek b. Hamburg 1984.

1255 Siehe dazu Kapitel 2.2.

1256 Vgl. Kurzmeyer, Viereck und Kosmos, S. 109–104, zitiert S. 137.

Einen ebenso kurzen Aufenthalt legte der deutsche Jugendstilkünstler Hugo Höppener alias Fidus (1868–1948) in Amden ein.¹²⁵⁷ Der deutsche Lebensreformer, der mit seinem Bild „Lichtgebet“ eine Ikone der Jugend- und Lebensreformbewegung erschaffen hatte, reiste 1903 nach Amden, um seine Idee eines neuereigiösen Tempels zu verwirklichen. Seit 1895 hatte Fidus Pläne für monumentale Sakralbauten mit floralen Jugendstilelementen, germanischen Runen und mittelalterlichen Sagengestalten entworfen. Als weltanschauliche Grundlage seiner Tempelvisionen diente ihm eine eklektische Mischung aus freireligiösen, theosophischen und völkisch-neuheidnischen Glaubenssätzen. Weil sich abzeichnete, dass Josua Klein die dafür notwendigen Mittel nicht aufbringen konnte, reiste Fidus bereits wenige Monate nach seiner Ankunft wieder ab.¹²⁵⁸

Die finanzielle Situation der Siedlung verschlechterte sich daraufhin immer schneller, sodass Klein seinen Besitz ab 1905 schrittweise veräußerte und im März 1906 die Siedlung verließ. Ab 1912 siedelten sich jedoch einige Künstler in den verlassenen Bauernhäusern an. Darunter war der Schweizer Maler Otto Meyer (1885–1933), der bis 1928 abgeschieden in Amden lebte und arbeitete. Er gilt als einer der wichtigsten Vertreter der modernen Kunst in der Schweiz. Auch andere Maler wie Willi Baumeister (1889–1955) und Albert Pfister (1884–1978) lebten einige Jahre im St. Galler Bergdorf. Zudem kamen berühmte Künstler wie die Bauhaus-Pioniere Oskar Schlemmer (1888–1943) und Johannes Itten zu Besuch.¹²⁵⁹

Itten lebte nach seiner Ausbildung im Berner Lehrerseminar und der Tätigkeit als Bauhaus-Lehrer selbst einige Jahre in einer lebensreformerisch geprägten Siedlung in der Schweiz. Die Mazdaznan-Bewegung hatte 1915 ein europäisches Hauptquartier in Herrliberg am Zürichsee eingerichtet. Dort siedelten

1257 Siehe zu Fidus: Frecot/Geist/Kerbes, Fidus 1868–1948. Zwischen 1887 und 1889 lebte Fidus bereits in einer kleinen Kommune bei seinem Lehrer Wilhelm Diefenbach (1851–1913) in einem verlassenen Steinbruch in Höllriegelskreuth in Oberbayern. Diefenbach und Fidus ernährten sich vegetarisch, verzichteten auf Alkohol, Tabak und Drogen und trugen Reformkleider. Weil die beiden auch nackt in der Sonne badeten, wurden sie 1888 wegen „grobe Unfugs“ zu mehreren Wochen Haft verurteilt: vgl. Michael Buhrs/Claudia Wagner (Hg.), Karl Wilhelm Diefenbach (1851–1913). Lieber sterben, als meine Ideale verleugnen! München 2011, S. 27–35.

1258 Vgl. Kurzmeier, Viereck und Kosmos, S. 147–178; siehe dazu auch: Marina Schuster, Fidus – ein Gesinnungskünstler der völkischen Kulturbewegung, in: Uwe Puschner/Walter Schmitz/Justus H. Ulbricht (Hg.), Handbuch zur „Völkischen Bewegung“ 1871–1918, München u. a. 1996, S. 634–650.

1259 Vgl. Kurzmeier, Viereck und Kosmos, S. 185 ff.

sich in den darauffolgenden Jahren bis zu 200 Anhänger und Anhängerinnen der Bewegung an. Itten reiste 1923 nach Herrliberg, um die *Ontos-Kunstschule* sowie die *Ontos-Werkstätten für Handweberei* aufzubauen. Er verliess die Siedlung jedoch bereits 1926 wieder.¹²⁶⁰ 1931 löste sich die religiöse Gemeinschaft in Herrliberg endgültig auf.¹²⁶¹

Fast zur gleichen Zeit wie die Mazdaznan-Bewegung baute auch die anthroposophische Bewegung in der Schweiz ein Hauptquartier auf. Nach dem Bruch mit der *Theosophischen Gesellschaft* suchten die Anthroposophen nach einem geeigneten Standort und entschieden sich 1913 für Dornach bei Basel. Bis 1919 wurde daraufhin das sogenannte *Goetheanum* als Hauptsitz und Tagungsort, aber auch spiritueller Treffpunkt der Bewegung errichtet. Der erste in Holz und Schiefer gefasste, 26 Meter hohe Kuppelbau, brannte 1923 vermutlich infolge Brandstiftung ab – die Anthroposophen stiessen im ländlich geprägten Dornach auf viel Widerstand. Nach Steiners Tod wurde 1928 ein zweites Hauptgebäude, nun aber als Betonbau errichtet.¹²⁶² Beide Gebäude kombinierten Jugendstilelemente mit den Konzepten der organischen Architektur, die im frühen 20. Jahrhundert nach einer neuen, die traditionelle Formensprache des Historismus ablösenden Ästhetik suchte. Als Inspirationsquelle dienten dabei oft Formen und Farben aus der Natur, insbesondere bei Steiner spielte aber auch die spirituelle Funktion der Gebäude eine wichtige Rolle.¹²⁶³

Rund um das *Goetheanum* siedelten sich bereits seit 1914 Mitglieder der *Anthroposophischen Gesellschaft* aus ganz Europa an. Der Aufbau der *Anthroposophen Kolonie Dornach* verlief nach genauen Plänen, die einen einheitlichen Baustil und eine lockere Bebauung mit vielen Grünflächen vorschrieben.

1260 Vgl. Ulrich Linse, Johannes Itten und Mazdaznan am Bauhaus, in: Bauhaus Imaginista Journal, 2019, (Onlineversion), <http://www.bauhaus-imaginista.org/articles/4787/johannes-itten-and-mazdaznan-at-the-bauhaus/de?0bbf55ceffc3073699d40c945ada9faf=2409303b37599ec16b7f2cacafa4ff5a> (18.06.2019); siehe dazu auch: Karin Thönnissen, Johannes Itten. Leben mit Form und Farbe, Wiesbaden 2016.

1261 Vgl. Jörg Zemp, Mazdaznan in der Schweiz. Die Aryana-Kolonie in Herrliberg von 1915–1929, Norderstedt 2018, S. 30–73.

1262 Vgl. Zander, Rudolf Steiner, S. 314–327.

1263 Zu den einflussreichsten Vertretern dieser Architektur zählte der Katalane Antoni Gaudí (1852–1926), der berühmte Bauwerke wie die *Sagrada Família* in Barcelona erschuf. Um seine rheumatischen Beschwerden zu behandeln, befolgte Gaudí eine vegetarische Diät und führte Kneippkuren durch: vgl. Charlene Spretnak, *The Spiritual Dynamic in Modern Art. Art History Reconsidered, 1800 to the Present*, Basingstoke 2014, S. 50.

Der Bodenpreis bemass sich dabei an der Entfernung des Grundstücks zum *Goetheanum*. In den 1920er Jahren folgten mehrere Wirtschaftsgebäude wie ein Verlag, Ateliergebäude und ein Reformrestaurant sowie die erste Waldorfschule ausserhalb Deutschlands.¹²⁶⁴ Um die Siedlung als zusammenhängendes Ensemble zu präsentieren, sollten alle Gebäude den Baustil des *Goetheanum* mit seinen runden Formen, geometrischen Flächen und kuppelartigen Dächern teilen. Gleichzeitig legten die anthroposophischen Architekten Wert darauf, dass sich alle Gebäude eindeutig voneinander unterschieden und dadurch Unikate bildeten.¹²⁶⁵ Der anthroposophische Baustil breitete sich im deutschsprachigen Raum vor allem durch die Waldorfschulen, aber auch anthroposophische Krankenhäuser und Theater aus.¹²⁶⁶

Die Politisierung des gesunden Wohnens: Bodenreform und Gartenstädte

In den meisten Landkommunen, Genossenschaftssiedlungen und auch in einigen Aussteigerkolonien ging es nicht nur um die individuelle Umgestaltung des persönlichen Lebensstils der Bewohner und Bewohnerinnen nach lebensreformerischen Idealen, fast alle diese Siedlungsprojekte verfolgten auch sozialreformerische Ziele. Im Fokus lag dabei die sogenannte Bodenfrage, die sich um 1900 immer mehr zuspitzte. So schreibt auch Fellenberg über den *Heimgarten*, dass es sich dabei um eine „vegetarische Kolonie auf bodenreformerischer Grundlage“ gehandelt habe. Neben dem Vegetarismus sei der „[g]emeinsame

1264 Vgl. Zander, Rudolf Steiner, S. 321 ff.

1265 Vgl. Wolfgang Zumdick, Der Hügel von Dornach, in: Jolanthe Kugler (Hg.), Architekturführer Goetheanumhügel. Die Dornacher Anthroposophen-Kolonie, Sulgen 2011, S. 13–33.

1266 Eine weitere anthroposophische Siedlung bildete sich 1919 auf einer Anhöhe im hessischen Rhöngebirge. Die Gymnastiklehrerinnen und Anthroposophinnen Hedwig von Rohden (1890–1987) und Louise Langgaard (1883–1974) hatten anfänglich nur eine Gymnastikschule geplant. Innert weniger Jahre bildete sich jedoch eine umfangreiche Streusiedlung mit über 50 Einzelbauten. Auf Wiesen und im Wald verteilt, entwickelte sich die sogenannte *Frauensiedlung Loheland* nicht nur zu einem wichtigen Knotenpunkt der Gymnastik und Tanzpädagogik der 1920er Jahre, die landwirtschaftlichen Betriebe der Siedlung gehörten auch zu den ersten Versuchsfeldern der biologisch-dynamischen Anbaumethode: vgl. Landesamt für Denkmalpflege Hessen (Hg.), Die Frauensiedlung Loheland in der Rhön und das Erbe der europäischen Lebensreform. Beiträge zur Fachtagung am 29./30. Mai 2015 und zum Waggonia-Workshop am 8. Oktober 2015, Darmstadt 2016.

Bodenbesitz der zweite Angelpunkt“ des Siedlungsprojekts gewesen, „um den sich der Aufbau der neuen Gesellschaft drehen sollte.“¹²⁶⁷

Mit dem massiven Bevölkerungswachstum, der rasant voranschreitenden Industrialisierung und den damit verbundenen Migrationsbewegungen in die Städte hatte sich der Bodenpreis vielerorts massiv erhöht. Daraus resultierte ein dramatischer Wohnungsmangel, der vor allem in den Arbeiterquartieren prekäre hygienische Zustände verursachte und die sozialen Spannungen anheizte. In früh industrialisierten Ländern kamen schon in den 1830er Jahren Stimmen auf, die eine Neuordnung der Bodenverhältnisse verlangten, um genügend günstigen Wohnraum für alle Menschen zu schaffen. Neben der sozialistischen Kritik am privaten Grundbesitz versuchten auch liberale Denker die Auswüchse der Bodenspekulation in den Griff zu bekommen. Als einflussreichster Vertreter dieser bodenreformerischen Richtung gilt der US-amerikanische Ökonom Henry George (1839–1897). In seinem 1879 veröffentlichten Hauptwerk *Progress and Poverty* machte er die explodierenden Erträge aus Bodenbesitz – die sogenannte Grundrente – für die wachsende soziale Ungleichheit verantwortlich. Um die Bodenspekulation zu bekämpfen, schlug er eine hohe Besteuerung dieser Einkünfte vor. Einen Schritt weiter als George ging der deutsche Ökonom Franz Oppenheimer (1864–1943). Er strebte eine Vergemeinschaftung des Bodens durch Genossenschaften an, um die Möglichkeit zur Bodenspekulation ganz zu verunmöglichen. Der gesamte Bodenbesitz sollte sukzessive von Genossenschaftssiedlungen aufgekauft werden, die darauf kooperative Industrie- und Landwirtschaftsbetriebe aufbauen sollten. Dadurch erhoffte er sich nicht nur gegen den Wohnungsmangel und die steigenden Mietpreise vorgehen zu können, sondern das kapitalistische System durch einen Genossenschaftssozialismus abzulösen.¹²⁶⁸

Zusammen mit Mitgliedern der *Eden*-Siedlung und der anarchistischen Kommune *Neue Gemeinschaft* gründete Oppenheimer 1902 die *Deutsche Gartenstadt-Gesellschaft*, um seine bodenreformerischen Siedlungsbestrebungen voranzutreiben.¹²⁶⁹ Das Konzept der sogenannten Gartenstadt hatte der Engländer Ebenezer Howard (1850–1928) kurz zuvor entwickelt. Er

1267 Fellenberg, Die Kolonie Heimgarten, S. 2.

1268 Vgl. Elisabeth Meyer-Renschhausen/Hartwig Berger, Bodenreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 265–268.

1269 Siehe zur *Deutschen Gartenstadt-Gesellschaft*: Kristiana Hartmann, Deutsche Gartenstadtbewegung. Kulturpolitik und Gesellschaftsreform, München 1976, S. 27–46.

beabsichtige ausserhalb der grossen Ballungsgebiete mittelgrosse Planstädte für jeweils 32'000 Einwohner zu errichten und diese mit Eisenbahnlinien miteinander zu verbinden. Die konzentrisch aufgebauten Städte unterteilte er in Wohn-, Kultur-, Erholungs- und Gewerbegebiete. Anstelle eines dicht bebauten urbanen Zentrums sollten die Gartenstädte durch viele Grünflächen und Parkanlagen aufgelockert werden. Howard erhoffte sich dadurch die negativen Begleiterscheinungen der Urbanisierung wie enge Wohnverhältnisse, unhygienische Zustände, schlechte Luft und Lärmbelastung abzumildern. Die Bewohnerinnen und Bewohner würden zwar einer städtischen Erwerbsarbeit nachgehen, könnten sich aber in ihrer Freizeit bei viel Licht und Luft erholen und eigene Nahrungsmittel in grosszügigen Gärten anbauen. Ganz im Sinne der Lebensreform sollten die Menschen in diesen „grünen“ Siedlungen ein gesünderes Leben führen können.¹²⁷⁰

Letztlich realisierte Howard nur zwei Gartenstädte, die seinen Kriterien entsprachen: *Letchworth* (1903) und *Welwyn Garden City* (1920). Mehr als diese nördlich von London gelegenen Mustersiedlung konnte er aber nicht umsetzen. Seine umfassenden Siedlungspläne wurden zwar nie verwirklicht, die Gartenstadtidee breitete sich jedoch weltweit aus.¹²⁷¹ So wurde in Deutschland 1909 die Gartenstadt *Hellerau* nördlich von Dresden erbaut. Der Unternehmer und Mitbegründer des *Deutschen Werkbundes* Karl Schmidt (1873–1948) initiierte die Siedlung als Wohnort für die Angestellten seiner *Dresdner Werkstätten für Handwerkskunst*. Hellerau entwickelte sich in der Folge zu einem internationalen Treffpunkt für lebensreformerische Kreise.¹²⁷² Insbesondere wichtige

1270 Vgl. Kristiana Hartmann, Gartenstadtbewegung, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 290 ff.

1271 Vgl. Suanne Jaeger/Gunther Wölfle, Von Letchworth bis Canberra. Zur Verbreitung einer Idee, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 13. In Europa wurden unter anderem die *Cité-jardin de Suresnes* bei Paris, *Podkowa Leśna* bei Warschau, *Gamla Enskede* bei Stockholm oder *Puu-Käpylä* bei Helsinki gebaut. Auch ausserhalb Europas kamen Gartenstädte wie *Lomas del Palomar* bei Buenos Aires oder *Radburn* in New Jersey auf.

1272 Vgl. Hartmann, Gartenstadtbewegung, S. 295 f.; siehe zu Hellerau als lebensreformerisches Zentrum auch: Thomas Nitschke, Lebensreform, neudeutsche Bewegung und völkisches Gedankengut im jungen Hellerau, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 118–127.

Akteure des Ausdruckstanzes trafen sich in der sächsischen Gartenstadt, nachdem der *Monte Verità* an Anziehungskraft verloren hatte. Ab 1912 bildete das monumentale Festspielhaus, das durch den Schweizer Musik- und Tanztheoretiker Émile Jaques-Dalcroze (1865–1950) geleitet wurde, das kulturelle Zentrum der Siedlung.¹²⁷³

Aber schon Hellerau erfüllte nicht mehr alle Kriterien einer Gartenstadt nach den Vorstellungen Ebenezer Howards. Sie lag nicht fernab der urbanen Zentren, sondern gliederte sich als Vorstadtbezirk an die deutsche Grossstadt Dresden an. Fast alle weiteren Gartenstadtgründungen folgten diesem Modell einer „Gartenvorstadt“. Der grosse Erfolg dieser neuen Siedlungsform führte auch dazu, dass sich die Bezeichnung „Gartenstadt“ bereits in den 1920er Jahren von den lebensreformerischen und sozialutopischen Zielen entkoppelte und kommerziellen Bauunternehmen als Werbeslogan für vorstädtische Einfamilienhaussiedlungen und luxuriöse Villenquartiere diente.¹²⁷⁴

Das Reihenhaus mit Garten als bürgerlich-liberales Wohnideal: Gartenstädte in der Schweiz

Obwohl in der Schweiz die Industrialisierung dezentral ablief und sich deshalb keine so grossen Ballungsgebiete wie in England oder Deutschland bildeten, stellten sich auch in Schweizer Städten Probleme mit dem Wirtschafts- und Bevölkerungswachstum ein. Beispielsweise nahm im ausgehenden 19. Jahrhundert die Wohnbevölkerung Zürichs jedes Jahr um 8'000 Personen zu, die jeweils 2'000 neue Wohnungen auf dem Stadtgebiet benötigten. Hinzu kamen neue Industrieflächen und Bürogebäude wie auch Schulen, Krankenhäuser und Verkehrswege. Das führte wie in anderen industrialisierten Ländern zu Wohnungsmangel, Bodenspekulation und steigenden Mieten. Weil der Wohnungsbau nicht mit der steigenden Nachfrage mithalten konnte, lebten die Menschen insbesondere in Arbeiterquartieren wie im Zürcher Aussersihl immer enger zusammen. Zwar wurden mit sogenannten Blockrandbebauungen die frei verfügbaren Flächen möglichst effizient genutzt, jedoch fehlten ausreichend Grünflächen und Erholungsmöglichkeiten für die stark angewachsene Wohnbevölkerung. Unter der abwertenden Bezeichnung „Mietskasernen“

1273 Vgl. Kristiana Hartmann, Tanz in die Reform. Die Bedeutung Helleraus für die Entwicklung des modernen Tanzes, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 128–137.

1274 Vgl. Jaeger/Wölfle, Von Letchworth bis Canberra. Zur Verbreitung einer Idee, S, 13.

entwickelten sich diese engen Gebäudezeilen bald zum Allgemeinplatz und Negativbeispiel für die Begleiterscheinungen der Industrialisierung und Urbanisierung. Um 1900 machten unterschiedlichste Akteure aus dem gesamten politischen Spektrum die prekären Wohnverhältnisse für den Ausbruch ansteckender Krankheiten und Seuchen verantwortlich und warnten vor sozialen Problemen wie steigender Kriminalität und Gewalt in den dicht bebauten Wohngebieten. Einige Sozialreformer und Sozialreformerinnen sahen in überfüllten Wohnungen auch die bürgerlich konnotierte Sexualmoral und das familiäre Zusammenleben bedroht. Insbesondere sogenannte Schlafgänger und Untermieter gerieten zunehmend in die Kritik der Sittlichkeitswächter.¹²⁷⁵

In der Schweiz war die Forderung nach weniger dicht bebauten Siedlungen ausserhalb der Ballungsgebiete, wie sie die Gartenstädte nach 1900 idealtypisch verkörperten, eng an bürgerliche Arbeits-, Wohn- und Familienvorstellungen geknüpft. Bereits seit den 1870er Jahren versuchten liberale Sozialreformer das Ein- oder Reihenhäuschen als Idealmodell helvetischer Bürgerlichkeit zu etablieren. Weil die „Mietskasernen“ zunehmend als Bedrohung der bürgerlichen Ordnung wahrgenommen wurden, sollten die Arbeiterinnen und Arbeiter in Reihenhaussiedlungen ein neues Zuhause finden. Ziel war nicht nur die Verbesserung der hygienischen Lebensbedingungen, sondern auch die Verbürgerlichung der Arbeiterschichten. Liberale Unternehmer gingen davon aus, dass sich die Arbeiter und Arbeiterinnen als Hausbesitzer der bürgerlichen Lebensweise anpassen und sich dadurch weniger an sozialen Konflikten wie Streiks und Protesten beteiligen würden.¹²⁷⁶

Der Rückzug der Kleinfamilie ins Eigenheim sollte auch dualistischen Geschlechterrollen zum Durchbruch verhelfen: Während die Frau zu Hause in der behüteten Siedlung die Kinder erzieht, geht der Mann einer bezahlten Lohnarbeit in der nahegelegenen Stadt nach. Der in der Gartenstadtidee propagierte Garten verlieh dem Eigenheim eine zusätzliche, sozialdisziplinierende Dimension. Die vermeintlich entwurzelten Stadtbewohner könnten sich mit der Gartenarbeit wieder selbst mit Nahrungsmitteln versorgen und sich dadurch wieder mit der sogenannten Scholle verbunden fühlen. Galt doch das bäuerliche, mit der Natur verbundene Leben im Zeitalter der beschleunigten

1275 Vgl. Daniel Kurz, *Die Disziplinierung der Stadt. Moderner Städtebau in Zürich 1900 bis 1940*, Zürich 2008, S. 32–65.

1276 Katia Frey/Eliana Perotti, *Zwischen Ideal und Pragmatismus. Der schweizerische Diskurs zur Gartenstadt*, in: Sylvia Claus/Lukas Zurfluh (Hg.), *Städtebau als politische Kultur. Der Architekt und Theoretiker Hans Bernoulli*, Zürich 2018, S. 77.

Industrialisierung, Urbanisierung und Globalisierung als Projektionsfläche einer gesunden, wehrhaften und nicht zuletzt folgsamen Bevölkerung. Die Gartenstädte waren damit nicht nur Symbole, sondern auch Praxisorte, an denen patriarchale Gesellschaftsordnungen und bürgerliche Familienmodelle eingeübt und vorgelebt wurden.¹²⁷⁷

Die ab 1911 gebaute *Schorensiedlung* der Eisenbahner-Baugenossenschaft in St. Gallen gehörte zu den ersten Arbeitersiedlungen, die Elemente der „helvetischen“ Gartenstadtidee enthielt. Neben den 181 Wohnhäusern mit Gärten zur Selbstversorgung, gehörten zur Siedlung auch eine eigene Metzgerei, eine Bäckerei und ein Lebensmittelladen des St. Galler *Konsumvereins*. Im Unterschied zu Howards Idee einer weitgehend autark funktionierenden Gemeinschaft war die *Schorensiedlung* aber eher eine „Gartenvorstadt“.¹²⁷⁸ Das Gleiche galt für die 1913 gebaute Siedlung *Neu-Mönchenstein* in Münchenstein südlich von Basel. Bis 1920 baute die Genossenschaft 36 Wohnhäuser auf freiem Feld mit grosszügigen Obst- und Gemüsegärten. Die seit 1906 bestehende Tramlinie Basel–Reinach verband die Siedler und Siedlerinnen mit der Stadt, sodass auch diese Gartenstadt vor allem als Wohnsiedlung genutzt wurde.¹²⁷⁹

Nach dem Ersten Weltkrieg zeigte sich wegen der vernachlässigten Bautätigkeit während der Kriegszeit eine noch stärkere Wohnungsnot als zuvor. Selbst die Mittelschichten hatten nun Schwierigkeiten, bezahlbaren Wohnraum zu finden. Nicht zuletzt nahm im Zuge des Landesstreiks der Handlungsdruck auf Politiker und Stadtplaner zu, gesellschaftliche Spannungen durch soziale Ausgleichsmassnahmen zu entschärfen. Insbesondere bürgerliche Politiker erkannten in der Gartenstadt ein ideales Modell, um die angespannte Situation durch sozialen Wohnungsbau zu beruhigen und dadurch Druck aus dem politischen System zu nehmen. Darum erhielten in der Zwischenkriegszeit besonders viele Gartenstadtprojekte staatliche Zuwendungen. Unter anderem wurde zwischen 1919 und 1925 die *Gartenstadt Weissensteingut* der Berner Eisenbahngenossenschaft gefördert.¹²⁸⁰ In Zürich konnte die bereits seit 1909

1277 Vgl. Kurz, Die Disziplinierung der Stadt, S. 204–210.

1278 Dieter Meile, Die St. Galler Schorensiedlung, in: Unsere Kunstdenkmäler, Mitteilungsblatt für die Mitglieder der Gesellschaft für Schweizerische Kunstgeschichte, 34/2 (1983), S. 240–250.

1279 Vgl. o. A., Gartenstädte, in: Natur und Landschaft der Region Basel, <https://www.regionatur.ch/Themen/Siedlung/Gartenstaedte> (07.07.2019).

1280 Vgl. Jürg Zulliger, Eigeninitiative war entscheidend. Kleine Geschichte der Eisenbahner-Baugenossenschaften in der Schweiz, in: Wohnen, 77/7-8 (2002), S. 2–5.

geplante *Gartenstadt Friesenberg* am Fusse des Uetlibergs realisiert werden. Seit 1924 erstellte die *Familienheim-Genossenschaft Zürich* (FGZ) erste Einfamilienhäuser, später folgten mehrere Gemeinschaftsgebäude wie eine Kirche, Schulen, Kindergärten und Einkaufsmöglichkeiten.¹²⁸¹

Ein typisches Beispiel für diese sozialreformistische Phase der Nachkriegszeit war auch das *Freidorf Muttenz*, das ab 1919 südlich von Basel aufgebaut wurde. Die Gartenstadtsiedlung sollte den Mitarbeitenden des *Verbandes Schweizerischer Konsumvereine* (VSK) günstigen Wohnraum zur Verfügung stellen. Der SP-Politiker Bernhard Jäggi (1869–1944) verfolgte mit dem Projekt aber auch weiterführende, gesellschaftspolitische Ziele. Im Unterschied zur dominierenden, marxistisch-klassenkämpferischen Richtung der Schweizer Sozialdemokratie identifizierte er nicht das revolutionäre Proletariat als Ausgangspunkt einer neuen, gerechteren Gesellschaft, sondern die bürgerlich konzipierte Kleinfamilie. Sie sollte durch verbesserte Wohnverhältnisse nicht nur finanziell gefördert werden, sondern auch an Gesundheit gewinnen. Dazu bot die Siedlung ihren Bewohnern und Bewohnerinnen nicht nur moderne sanitäre Einrichtungen, sondern auch grosszügige Nutzgärten, die der Selbstversorgung mit frischen Nahrungsmitteln dienten. Unter anderem gehörte auch ein vegetarisches Restaurant zum genossenschaftlichen Angebot der Siedlung. Viel stärker als andere Schweizer Gartenstadtsiedlungen übernahm diese Genossenschaft verschiedenste öffentliche und soziale Aufgaben wie die Gesundheitsversorgung, Strassenreinigung, Post- und Bankgeschäfte, Versicherungen, kulturelle Anlässe, Freizeitaktivitäten und Bildungsaufgaben. Zwischenzeitlich hatte die Genossenschaftssiedlung sogar eine eigene Währung – das Freidorfgeld.¹²⁸²

In der Zwischenkriegszeit gehörte der Architekt und spätere *LdU*-Nationalrat Hans Bernoulli (1876–1959) zu den treibenden Kräften der Gartenstadtidee in der Schweiz. Seit seiner Jugend war Bernoulli ein begeisterter Lebensreformer. Schon in seiner Zeit am *Humanistischen Gymnasium* in Basel begann sich Bernoulli für die Alkoholabstinenz zu interessieren und besuchte Gustav von Bunges Vorträge. Auch nach seinem Schulabbruch und der darauffolgenden Lehre als Bauzeichner blieb er in der akademischen Abstinenzbewegung aktiv. So waltete er 1897 sogar kurzzeitig als Präsident der Basler *Helvetia*-Sektion

1281 Vgl. Kurz, Die Disziplinierung der Stadt, S. 327–330.

1282 Vgl. Matthias Möller, Leben in Kooperation. Genossenschaftlicher Alltag in der Mustersiedlung Freidorf bei Basel (1919–1969), Frankfurt a. M. 2015, S. 61–85.

Intrepida.¹²⁸³ Nach Abschluss seiner Lehre als Bauzeichner ging Bernoulli für ein Architekturstudium nach München und entwarf dort mehrere Projekte für die *Deutsche Gartenstadt-Gesellschaft*, darunter die Siedlungen *Falkenberg* in Berlin, *Reform* in Magdeburg und *Plauen* in Dresden. Während dieser Zeit besuchte er auch Howards *Garden City* in England. 1912 kehrte Bernoulli in die Schweiz zurück, um als Dozent für Städtebau an der ETH Zürich und leitender Architekt der *Basler Baugesellschaft* zu arbeiten. 1919 erhielt er den Professorentitel, den er jedoch 1938 nach Kontroversen um seine freiwirtschaftlichen Aktivitäten wieder verlor. In Basel engagierte er sich weiterhin für die Abstinenzbewegung. So liess er beispielsweise auf seinen Baustellen Tee verteilen, um den Alkoholkonsum der Arbeiter zu reduzieren, und widmete Gustav von Bunge einen Gedenkbrunnen.¹²⁸⁴ In den 1920er Jahren realisierte Bernoulli in der Schweiz unter anderem die Siedlungen *Wasserhaus* bei Münchenstein, die *Bernoullihäuser* in Zürich sowie die Siedlungen *Hirzbrunnen*, *Im Langen Loh* und *Im Vogelsang* in Basel. Dabei handelte es sich um für die Schweizer Gartenstadtidee typische Reihenhäuser mit Nutzgärten für Kleinfamilien.¹²⁸⁵

Als führendes Mitglied der Freiwirtschaftsbewegung strebte Bernoulli mit diesen Siedlungen immer auch bodenreformerische Ziele an. Durch die genossenschaftliche Nutzung sollte der Baugrund schrittweise in den Gemeinschaftsbesitz übergehen. Da jedoch dieser Vorgang äusserst langsam voranschritt, begann sich Bernoulli auch politisch für mehr Genossenschaftssiedlungen und günstigen Wohnraum einzusetzen. So unterstützte er beispielsweise als

1283 Vgl. o. A., Mitgliederverzeichnis der Helvetia, in: Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente, 1/7 (1897), S. 66; O. A., Berichte der Helvetia, in: Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente, 2/4 (1897), S. 34.

1284 Vgl. Karl Nägelin-Gschwind/Maya Nägelin-Gschwind, Hans Bernoulli. Architekt und Städtebauer, Basel 1993, S. 14–34; Riccardo Rossi, Zwischen Kredit und Hypothek. Das strategische Expertentum Hans Bernoullis und die schweizerische Freiwirtschaftsbewegung, in: Sylvia Claus/Lukas Zurfluh (Hg.), Städtebau als politische Kultur. Der Architekt und Theoretiker Hans Bernoulli, Zürich 2018, S. 118–127.

1285 Vgl. Karl Nägelin, Hans Bernoulli 1876–1959, in: archithese. Zeitschrift und Schriftenreihe für Architektur und Kunst, 11/6 (1981), S. 5–8; Manfred Jauslin, Hans Bernoulli. Eine Architektur für Menschen, in: Schweizer Monatshefte. Zeitschrift für Politik, Wirtschaft, Kultur, 76/5 (1996), S. 13–16. Nach dem Zweiten Weltkrieg wirkte Bernoulli als Stadtplaner auch beim Wiederaufbau zerstörter europäischer Städte wie Warschau mit. In der Schweiz erregte er nach 1945 noch einmal Aufsehen, als er zusammen mit Max Frisch und anderen Intellektuellen die Streitschrift *Achtung: Die Schweiz* (1955) veröffentlichte.

LdU-Nationalrat die 1943 lancierte „Bodenrechtsinitiative“ der Bauernheimatbewegung. Diese forderte Bund und Kantone dazu auf, Massnahmen zu ergreifen, um die Spekulation mit Grundeigentum zu verhindern. Insbesondere sollten landwirtschaftliche Flächen nicht mehr für den Wohnungsbau genutzt werden dürfen. Als einer der wenigen Unterstützer der Initiative im Parlament deutete er das Anliegen zur freiwirtschaftlichen „Freilandinitiative“ um. Als sie dann endlich 1950 zur Abstimmung vorgelegt wurde, erreichte die Initiative „zum Schutz des Bodens und der Arbeit durch Verhinderung der Spekulation“ jedoch nicht einmal ein Drittel Ja-Stimmen.¹²⁸⁶

Eine lebensreformerisch-freiwirtschaftliche Mustersiedlung: Die Gartenbausiedlung Schatzacker in Bassersdorf

Die Verbindung der Gartenstadtidee mit lebensreformerischen und freiwirtschaftlichen Zielen wurde in der Praxis kaum umgesetzt. Die Attraktivität dieser Siedlungsform führte ähnlich wie in Deutschland dazu, dass auch in der Schweiz viele Projekte zwar mit besonderen Gesundheitsversprechen warben, damit aber keine sozialreformerischen Ziele verfolgten. Im Kontrast zu dieser Entideologisierung und zunehmenden Kommerzialisierung der Gartenstadtidee planten einige einflussreiche Schweizer Lebensreformer in den frühen 1930er Jahren eine lebensreformerisch-freiwirtschaftliche Mustersiedlung in Bassersdorf bei Zürich. Zusammen mit dem Reformhausinhaber Rudolf Müller und dem ehemaligen Geschäftsleiter der *Nuxo*-Werke Paul Enz (1898–1991) gründete Werner Zimmermann 1932 die *Siedlungs- und Gartenbau-Genossenschaft (Siga)* und begann wenig später mit dem Bau der *Gartenbausiedlung Schatzacker*. Nach freiwirtschaftlichen Plänen wurde das Bauland als Gemeineigentum der Genossenschaft verwaltet, die darauf erbauten Wohnhäuser gehörten jedoch den Siedlern und Siedlerinnen. Bis 1937 gab es auf dem 8,5 Hektare umfassenden Grundstück 13 Einzel- und zwei Dreifamilienhäuser für insgesamt 61 Bewohner und Bewohnerinnen. Wegen des zu geringen Interesses an der Siedlungstätigkeit wurden die Flächen für 25 weitere Wohnhäuser aber nicht verpachtet. Den Mittelpunkt der Siedlung bildete eine grosse Wiese, die für gemeinschaftliche Aktivitäten wie Spiel, Sport und Gymnastik, aber auch Tagungen, Vorträge und Kurse genutzt wurde. Wie schon bei der *Heimgarten*- und der *Eden*-Siedlung gehörten auch zum *Schatzacker* kommerzielle Wirtschaftsbetriebe. So verkaufte eine biologische Gärtnerei ihre Produkte in

1286 Vgl. Tobias Kästli, Hans Bernoulli und die Freiland-Freigeld-Lehre, in: *archithese. Zeitschrift und Schriftenreihe für Architektur und Kunst*, 11/6 (1981), S. 31 f.

Müllers Reformhäuser in Zürich. Eine Töpferei musste hingegen ihren Betrieb wegen fehlender Wirtschaftlichkeit bald wieder einstellen.¹²⁸⁷

Die Genossenschaft verfolgte sowohl bodenreformerische und freiwirtschaftliche als auch explizit lebensreformerische Ziele. Einerseits sollte die Siedlungstätigkeit die „[f]ortschreitende Entschuldung des Grund und Bodens und dessen Uebergabe an die Allgemeinheit“ vorantreiben. Andererseits strebte sie auch „die Pflege und Förderung der körperlichen und ethischen Gesundheit des Volksganzen“ an. Neben den „gesunden, billigen Wohnhäusern“ sollte die „Förderung des natürlichen Landbaues“ und eine „[h]armonische Erziehung“ dazu beitragen.¹²⁸⁸ Entsprechend der Gartenstadtidee versuchten die Initiatoren das städtische Wohnen durch grosszügige Gärten und direkten Zugang zu naturnahen Erholungsflächen aufzulockern. Nicht „eingepfercht in mietskasernen grauer gassen, sondern draußen in innigster verbundenheit mit der natur“ sollten die Menschen wohnen.¹²⁸⁹

Die lebensreformerische Ausrichtung zeigte sich vor allem an den Verhaltensvorschriften, die Siedlungswillige einhalten mussten: So durften nur Menschen im *Schatzacker* wohnen, „die vegetarisch zu leben gesinnt sind, nicht rauchen und keinen Alkohol trinken.“ Auf diese Weise sollte sichergestellt werden, dass nur „Gleichgesinnte“ in der Siedlung zusammenlebten. Es ging also nicht darum, Wohnraum für eine unterprivilegierte Sozialgruppe oder Gesellschaftsschicht zu schaffen, sondern eine Siedlung für Vegetarierinnen, Abstinente und Freiwirtschaftler aufzubauen. So betonte Zimmermann in einer Broschüre für den *Schatzacker*: „Jeder weiß, er wohnt unter Seinesgleichen, und wird seiner Lebensweise wegen geachtet, nicht verspottet.“¹²⁹⁰ Zimmermann stellte aber klar, dass die Siedlung zwar die „vorteile der gemeinschaft“ nutze, jedoch die „persönliche[...] freiheit und wirtschaftliche[...] unabhängigigkeit“ ihrer Mitglieder nicht infrage stelle. So gäbe es keine „Pflicht zur gemeinschaft“. Der *Schatzacker* sei lediglich ein „lose[r] zusammenschluß gesinnungsverwandter menschen“.¹²⁹¹ So planten die Initiatoren der Siedlung

1287 Vgl. Werner Zimmermann, *Wir schaffen freies Land*, Bern/Leipzig 1937, S. 14 f.; siehe dazu auch: Onken, *Modellversuche mit sozialpflichtigem Boden und Geld*, S. 23 ff.

1288 O. A., *Prospekt Gartenbau-Siedlung Bassersdorf*, 1933, S. 2, aus: Schweizerisches Wirtschaftsarchiv (SWA), Siga: Siedlungs- und Gartenbau-Genossenschaft-Bassersdorf, Dokumentensammlung, H + I H 345.

1289 O. A., *frühlingstagung auf dem schatzacker*, in: *Tau*, 12/134 (1935), S. 29.

1290 O. A., *Prospekt Gartenbau-Siedlung Bassersdorf*, S. 10.

1291 Werner Zimmermann, *Siedlung Schatzacker*, in: *Tau*, 9/99 (1932), S. 7.

nicht nur Wohnhäuser für Familien, sondern auch für Einzelpersonen: „jeder sein eigens häuschen – schneckenhäuschen wollen sie es taufen –, jeder seine eigene welt, und trotzdem soll es alles enthalten, was der stadtrand-siedler wünscht“.¹²⁹² Damit wurde nicht nur die bürgerliche Kleinfamilie angesprochen; in der zunehmend individualisierten Gesellschaft bot der *Schatzacker* auch alleinstehenden Lebensreformern und Lebensreformerinnen die Möglichkeit, unter Gleichgesinnten zu wohnen.

Wie Rudolf Müller betonte, handelte es sich beim *Schatzacker* nicht um eine autarke „Erwerbssiedlung“, sondern „um eine Wohnsiedlung für Leute mit Stadtverdienst oder freiem Beruf.“ Die Siedlungsleitung hatte darum kein Interesse an „sozialen Experimente[n]“.¹²⁹³ Vielmehr sollte es darum gehen, den städtischen und ländlichen Raum zu verbinden und dadurch neue Arbeits- und Wohnformen zu ermöglichen. Deshalb lag die Siedlung durch den öffentlichen Verkehr leicht erreichbar auf mittlerer Strecke zwischen Zürich und Winterthur. Ihre Bewohner und Bewohnerinnen sollten in den nahegelegenen Städten arbeiten und sich in der Siedlung erholen:

Da diese siedlung ja stadt- und landarbeit verbinden sollte, mußte auf stadtnähe, auf gute zugsverbindung wert gelegt werden. Auch sonst scheint uns das eine wesentliche vorbedingung wirtschaftlichen wohlergehens zu sein; denn nach unserer auffassung soll die siedlung der zukunft industrielle und kommerzielle beschäftigung mit der ländlichen arbeit verbinden und auf diese weise einen wohltätigen ausgleich schaffen. – Nur wenige von uns können sich in ein gänzlich primitives leben und in rein manuelle arbeit finden – und dies scheint uns auch weder notwendig noch wünschenswert.¹²⁹⁴

Die Initianten der Siedlung strebten somit einen Ausgleich zwischen körperlicher und geistiger Arbeit an, aber auch eine flexibilisierte Arbeitszeit- und Freizeitgestaltung. Neben der Erwerbsarbeit in der Stadt sollten die Bewohner und Bewohnerinnen genügend Zeit für Gartenarbeit, Sonnenbaden, Sport und Kindererziehung in der Siedlung haben. Zumindest für die Führungspersonen blieb die erhoffte Entlastung und Entspannung durch das Landleben jedoch aus. Anstatt mehr Zeit für die Gesundheitspflege und Bewegungsarbeit zu gewinnen, verursachte das Siedlungsprojekt zusätzliche Arbeit. So beurteilte Zimmermann die Siedlungstätigkeit nach den ersten Jahren durchaus kritisch:

1292 O. A., frühlingstagung auf dem schatzacker, S. 29.

1293 Rudolf Müller, Siedlung Schatzacker, in: *Tau*, 9/99 (1932), S. 8.

1294 Rudolf Müller, Heimat aufbauen, in: *Tau*, 9/97 (1932), S. 10.

Kommt Paul Enz am Abend müde aus der Stadt, die Aktentasche noch voller Arbeit, so bietet ihm oft genug die Siedlung statt der nötigen Entspannung nochmal eine Fülle großer und kleiner Aufgaben, die er nebenbei noch erledigen muß. Und dennoch findet er immer wieder etwas Zeit für seinen Garten, und seien es die frühesten Morgenstunden bei Erwachen des sommerlichen Tages.¹²⁹⁵

Mit dieser Problematik waren aber nur männliche Bewohner konfrontiert. Während sie in der Stadt einer Lohnarbeit nachgingen, sollten die Frauen „ständig“ in der „herrliche[n] Waldluft und ländliche[n] Stille“ der *Schatzacker*-Siedlung leben und dort ihre Kinder betreuen.¹²⁹⁶ Wie Elisabeth Joris und Heidi Witzig erklären, hatte sich dieses bürgerlich konnotierte Rollenmodell in der urbanen Industriegesellschaft durch die zunehmende Aufteilung von Arbeits- und Wohnort durchgesetzt. Während die Frau in der Sphäre der Familie und des Haushaltes verortet wurde, sollte sich der Mann in der gesellschaftlichen und ökonomischen Aussenwelt bewähren.¹²⁹⁷ Gerade Werner Zimmermann betonte diese dualistisch konstruierten Geschlechterrollen besonders stark und idealisierte die Mutterschaft als „wahre Frauenarbeit“. Die *Schatzacker*-Siedlung sollte deshalb nicht nur die Grundlagen für gesunde Arbeits-, Wohn- und Lebensverhältnisse schaffen, sondern auch das Ende der „Fabrikarbeiterin, der Kinderhorte, der Staatschule“ einleiten.¹²⁹⁸

Im Verlauf der 1930er Jahre entwickelte sich die lebensreformerische Mustersiedlung zu einem wichtigen Treffpunkt der Schweizer Lebensreformbewegung. Versammlungen, Kurse, Vorträge, Sing- und Tanzveranstaltungen zogen regelmässig zahlreiche Menschen an. Eine Tagung im Frühling 1935 lockte sogar über 500 Interessierte auf den *Schatzacker*, die sich Vorträge über die Siedlungstätigkeit, Lebensreform und Naturschutz anhörten. Ein Augenzeuge berichtete in der *Tau*-Zeitschrift über grosse Menschenmengen, die in überfüllten Zügen nach Bassersdorf reisten und dann bis zur Siedlung wanderten:

was für seltsame vögel doch der liebe gott geschaffen! da wanderten sie über die wiese und durch den wald: mit und ohne stehkragen, die einen in weste und rock, die andern nur in der turnhose, die damen in sonntagsstaat und stöckelschuhen – oder

1295 Zimmermann, *Wir schaffen freies Land*, S. 19.

1296 Vgl. ebd., S. 14.

1297 Vgl. Elisabeth Joris/Heidi Witzig, Einleitung. Der weibliche Geschlechtscharakter, in: Dies. (Hg.), *Frauengeschichte(n). Dokumente aus zwei Jahrhunderten zur Situation der Frau in der Schweiz*, Zürich 1986, S. 31.

1298 Werner Zimmermann, *Sozialismus in Freiheit*, Lauf b. Nürnberg/Bern/Leipzig 1933, S. 40.

im badekleid und in turnhose. es war ein ganz köstliches, buntes bild, und ein vielsa-
gendes zugleich: die einen hatten schon wieder heimgefunden zu dieser urverbunden-
heit mit der natur, die andern wagten die ersten, zaghaften schritte, und die letzten
waren gekommen, um wenigstens zu sehen, wie es sein müßte, wenn man endlich
wieder – fern der stadt – ein schönes, freies leben führen könnte.¹²⁹⁹

Nicht nur Wandervögel, Anhänger der Freiwirtschaft und Lebensreformerin-
nen machten sich auf den Weg zum Schatzacker, das stadtnahe Wohnen im
Grünen interessierte in den 1930er Jahre bereits weite Bevölkerungskreise ohne
lebensreformerischen Hintergrund. Spätestens mit dem neuen Bevölkerungs-
und Wirtschaftswachstum in den 1950er und 1960er Jahren begeisterten sich
immer mehr Menschen für Gartenstädte mit gemütlichen Eigenheimen wie
in Bassersdorf. Die lebensreformerischen Siedlungen und Gartenstädte ver-
loren zwar im Verlauf des 20. Jahrhunderts die sozialreformistischen Ziele,
das Konzept des naturnahen, gesunden Wohnens mit eigenem Garten und
vielen Grünflächen als Erholungsgebiete war in der Folge aber nicht mehr aus
der Stadtplanung wegzudenken. Lebensreformerisch geprägte Wohnprojekte
wie der *Schatzacker* oder das *Freidorf* gehören noch heute zu den beliebtesten
Wohnlagen der Schweiz.¹³⁰⁰

6.4 Kokosnusspropheten, Tropensiedlungen und „Weltkolonisation“: Lebensreform im kolonialen Raum

Lebensreform unter Palmen? Koloniale Siedlungsträume und die Suche nach unberührten Naturparadiesen

Mit ihrem Streben nach gesunden Wohnformen unter den Bedingungen der
modernen, industrialisierten Welt machten die Lebensreformer und Lebens-
reformerinnen nicht an den Schweizer Grenzen Halt. Vielmehr waren sie
weltweit auf der Suche nach geeigneten Orten, um ihre Siedlungs-ideen zu ver-
wirklichen. Die Geschichtsforschung hat sich jedoch bisher wenig mit diesen

1299 O. A., frühlingstagung auf dem schatzacker, S. 28.

1300 Obwohl sich die *Siedlungs- und Gartenbau-Genossenschaft* erst 2007 offiziell auf-
löste, wurden schon vorher mehrere Häuser im *Schatzacker* verkauft und abge-
rissen, um verdichteten Überbauungen Platz zu schaffen. Heute sind nur noch
Überreste der ursprünglichen Siedlung vorhanden: vgl. Olav Brunner, Quartier
im Generationenwechsel. Der „Schatzacker“ in Bassersdorf ändert sein Gesicht,
in: Dorf-Blitz, Unabhängige Monatszeitung für die Gemeinden Bassersdorf, Brüt-
ten und Nürens Dorf, 31. Januar 2008, S. 1 ff.

kolonialen Verflechtungen lebensreformerischer Akteure beschäftigt – das gilt insbesondere für Schweizer Akteure. Dabei waren viele Lebensreformer und Lebensreformerinnen gut ausgebildet, sehr mobil und oft in kaufmännischen Berufen tätig, wodurch sie auf vielfältige Weise mit dem Kolonialsystem des 20. Jahrhunderts verbunden waren. Als Reformhausbesitzer handelten sie mit sogenannten Kolonialwaren wie exotischen Früchten, als Wandervogel bereiten sie nicht nur die Schweizer Alpen, sondern gehörten zu den ersten Individualtouristen im kolonialen Raum und mit ihren Publikationen über „fremde“ Kulturen und deren Gesundheitspraktiken prägten sie koloniale Bilder und Stereotype.

Gerade für die Schweiz ist die Erforschung dieser Aktivitäten interessant, weil sie zeigen, dass sich Schweizer und Schweizerinnen am Kolonialismus beteiligten, ohne dass die Schweiz eigene Kolonien verwaltete. Seit einigen Jahren untersucht die Geschichtswissenschaft die kolonialen Verflechtungen individueller Akteure wie Missionare, Forscherinnen und Händler mit kolonialen Infrastrukturen und Netzwerken. Insbesondere Schweizer Unternehmen beteiligten sich intensiv am globalen Handel mit Rohstoffen und Finanzdienstleistungen. Mit diesen Kontakten kamen nicht nur Produkte aus den Kolonien in die Schweiz, sondern auch Bilder und Vorstellungen über „fremde“ Kulturen, die zur Konstruktion „eigener“, nationaler Identitäten, rassistischer Stereotype und eines „westlichen“, „weissen“ Überlegenheitsdenken genutzt wurden.¹³⁰¹

In der Geschichtsforschung zur Lebensreform erregten bisher vor allem die sogenannten Südseekolonien grösseres Interesse. Dabei wird oft die Geschichte des deutschen Apothekers August Engelhardt (1875–1919) erwähnt, der 1902 nach Deutsch-Neuguinea ausgewandert war, um dort einen neureligiösen „Sonnenorden“ auf einer Kokosnussplantage zu gründen und einen radikalen Vegetarismus zu predigen. Der Kokosnussprophet lockte mit dieser Lebensreform unter Palmen andere Europäer in die deutsche Kolonie. Dort erwartete sie aber kein paradiesisches, mit der Natur verbundenes Leben, sondern schlechtes Wetter, Tropenkrankheiten und Mangelernährung. Wer nicht zu Tode kam, flüchtete aus der Südseekommune und liess sich im deutschen Krankenhaus

1301 Siehe zur Erforschung der kolonialen Verflechtung der Schweiz u. a.: Patricia Purtschert/Barbara Lüthi/Francesca Falk (Hg.), *Postkoloniale Schweiz. Formen und Folgen eines Kolonialismus ohne Kolonien*, Bielefeld 2013; Patricia Purtschert, *Kolonialität und Geschlecht im 20. Jahrhundert, Eine Geschichte der weißen Schweiz*, Bielefeld 2019.

im damaligen Herbertshöhe pflegen.¹³⁰² Ähnliche Geschichten erlebten auch Personen aus dem Umkreis des *Monte Verità*. Die beiden Initianten der Tessiner Vegetarierkolonie Odenkoven und Hofmann gaben nach dem endgültigen Scheitern des Naturheilsanatoriums ihre Siedlungsträume nicht auf, sondern reisten 1920 über Spanien ins brasilianische Joinville, um eine neue Siedlung – den *Monte Sol* – zu gründen. Hofmann starb jedoch nach kurzem Aufenthalt in Südamerika.¹³⁰³ Wenig Erfolg im kolonialen Raum hatte auch Karl Vester (1879–1963), der 1902 nach Samoa ausgewandert war, später jedoch zurückkehrte, um die Überreste des verlassenen *Monte Verità* zu verwalten.¹³⁰⁴

Diese lebensreformerischen Akteure bewegten sich im 20. Jahrhundert immer in einem durch europäische Mächte kolonisierten Raum. Die ersehnten, unberührten Naturparadiese, in denen sie ihre Ideale selbstbestimmt hätten verwirklichen können, gab es gar nicht mehr. Die Lebensreformer und Lebensreformerinnen waren sich dieser Situation durchaus bewusst. So warnte einer von ihnen in der *Tau*-Zeitschrift schon in den 1920er Jahren, dass sich Südseeinseln nicht für „Naturisten-Kolonie[n]“ eignen würden, weil sich diese Inseln alle „unter dem joch irgend eines europäischen staates“ befänden. Diese hätten „dort überall ihre scheußlichen und greulichen manieren, schikanen, militäre, dienstpflicht usw. eingeführt“. Entschliesse sich die Kolonialmacht, einen Krieg mit dem früheren Heimatland des Auswanderers zu beginnen, werde dieser „all seiner habe beraubt“ und wenn er Pech habe, sterbe er im Gefängnis der Kolonialmacht, so „wie es schon vielen vegetariern und naturisten passiert“ sei. Es gäbe aber auch besser geeignete Länder wie Costa Rica, das „ein außergewöhnlich pazifistisches, liberales und freies land, mit tropischem klima“ sei. Dort könnten die Lebensreformer „von den nahrhaftesten fruchten der welt“ leben und „das ganze jahr nackt in der sonne“ liegen.¹³⁰⁵

Der Traum vom gesunden Leben in den Kolonien ging auf den österreichischen Ökonomen Theodor Hertzka (1845–1924) zurück, der sich schon 1890 in seinem Roman „Freiland“ lebensreformerische Kolonien in Afrika erdachte. Darin beschrieb er genossenschaftlich organisierte Siedlungen

1302 Vgl. Livia Loosen, *Deutsche Frauen in den Südsee-Kolonien des Kaiserreichs. Alltag und Beziehungen zur indigenen Bevölkerung, 1884–1919*, Bielefeld 2014, S. 136–142. Der Schriftsteller Christian Kracht verarbeitete diese Geschichte 2012 in seinem Roman „Imperium“.

1303 Vgl. *Die Südschweiz*, 15. 9. 1926; Entnommen aus der Quellensammlung auf: www.gusto-graeser.info/Sprache%20Italienisch/HoffmanIdaIT.html (05.06.2019).

1304 Vgl. Schwab, *Monte Verità*, S. 62.

1305 Hubert Kelso, *Tropen-Siedlung*, in: *Tau*, 5/50 (1928), S. 25 f.

mit gemeinschaftlichem Bodenbesitz, wie sie zur gleichen Zeit von Bodenreformern wie Henry George, Ebenezer Howard und Franz Oppenheimer propagiert wurden. Aber anstatt Siedlungen und Gartenstädte in industrialisierten Ländern zu bauen forderte Hertzka die Besiedelung des kolonialen Raums. Nur in vermeintlich „freien“, unbesiedelten und nicht industrialisierten Gebieten der europäischen Kolonien lasse sich eine neue Wirtschafts- und Gesellschaftsordnung aufbauen. In seinem „Freiland“-Roman lässt er deshalb seine Protagonisten die Gartenstadt *Edenthal* nicht bei Berlin, London oder Zürich erbauen, sondern am Fusse des Kilimanjaro. Dort sollten die europäischen Siedler und Siedlerinnen nicht nur der Bodenspekulation und Überbevölkerung entfliehen, sondern auch ein gesünderes Leben führen können. Im Sinne lebensreformerischer Gesundheitspraktiken würden die Auswanderer im kolonialen Raum auf schädliche Einflüsse der industrialisierten Welt wie Alkohol, Tabak und andere Genussmittel verzichten und auf diese Weise an Gesundheit und Leistungsfähigkeit gewinnen. Die imaginierten „Freiland“-Siedlungen sollten aber nicht nur den Europäern als kolonialer Regenerationsraum dienen, sondern auch die indigene Bevölkerung vor gesundheitsschädlichen Einflüssen der kolonisierenden Mächte schützen.¹³⁰⁶ Damit erscheint auch der lebensreformerisch orientierte Siedler als überlegener Kolonisator und Missionar einer besseren Lebensweise. Aber anstatt Industrie und Christentum zu verbreiten, bringt er die Lebensreform mit sich.¹³⁰⁷

Auf der Suche nach „Freiland“: Werner Zimmermanns „Tropen Heimat“ als Anleitung für einen expansiven Kolonialismus ohne Kolonien

Mit seinem erfolgreichen Roman prägte Hertzka nicht nur die Kolonialdiskurse um 1900, sondern regte auch einige praktische Siedlungsversuche an. Im deutschsprachigen Raum bildeten sich dutzende „Freiland“-Vereine, die sich auf die Auswanderung vorbereiteten. Hertzka organisierte 1894 sogar selbst

1306 Vgl. Brasch, *Moderne – Regeneration – Erlösung*, S. 76–84; Catherine Repussard, *Lebensreform im Schatten des Kilimandscharo. Freiland von Theodor Hertzka (1890)*, in: Marc Cluet/Dies. (Hg.), *„Lebensreform“*. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht, Tübingen 2013, S. 267–281; siehe zu diesen kolonialistischen Bestrebungen um 1900 auch: Catherine Repussard, *Utopies coloniales autour de 1900. Monde germanophone et modernité*, Paris 2015.

1307 Siehe dazu auch die Aktivitäten der Abstinenzbewegung im kolonialen Afrika: Spöring, *Mission und Sozialhygiene*.

eine Expedition nach Kenia, um seine Siedlungspläne praktisch umzusetzen. Der Versuch scheiterte jedoch an zu geringen finanziellen Mitteln.¹³⁰⁸ Vor allem als während der Inflationszeit nach dem Ersten Weltkrieg und der Weltwirtschaftskrise in den frühen 1930er Jahren besonders viele Siedlungen gebaut wurden, griffen lebensreformerische, jugendbewegte und freiwirtschaftliche Kreise auch wieder die kolonialistische „Freiland“-Idee auf.¹³⁰⁹

In der Schweiz warb insbesondere Werner Zimmermann für Lebensreform-siedlungen im kolonialen Raum. Ein Zeugnis dieser Bestrebungen ist sein 1930 veröffentlichter Reisebericht *Tropenheimat*. Das Buch enthielt nicht nur eine Beschreibung seiner Mittelamerikareise, sondern auch detaillierte Informationen über Siedlungsbedingungen in mehreren mittelamerikanischen Ländern wie Guatemala, Costa Rica und Mexiko. Der Schweizer Lebensreformer propagierte mit dem Buch einen expansiven Kolonisierungsplan:

Stützpunkte schaffen in allen erdteilen, besonders da, wo große wirtschaftliche entwicklungen zu erwarten, zu fördern sind. Damit unsere jungen menschen herauskommen, die welt kennen lernen, persönlich fühlung aufnehmen mit all diesen menschen anderer lebens- und denkart, anderer sprache und rasse, sich wirtschaftlich vorwärtsarbeiten und mit geweitem gesichtskreis zur aufbauarbeit in die alte heimat zurückkehren können.¹³¹⁰

Für Zimmermann war die Kolonialtätigkeit ein kosmopolitisches Projekt der Jugend, um die Welt kennenzulernen und sich mit Menschen aus anderen Kulturen auszutauschen. Er imaginierte diese Siedlungen als Trainingslager für eine lebensreformerisch orientierte Elite, die ihre Fähigkeiten im kolonialen Raum ausbildet, um später in Europa die gesellschaftliche Führung zu übernehmen.¹³¹¹ Dabei strebten die jugendlichen Auswanderer keine gleichberechtigte Zusammenarbeit mit der indigenen Bevölkerung an, sondern folgten dem

1308 Vgl. Anna S. Brasch, *Moderne – Regeneration – Erlösung*, S. 84.

1309 Siehe zur Siedlungsbewegung in den frühen 1920er Jahren: Linse, *Ökopax und Anarchie*, S. 76–94.

1310 Werner Zimmermann, *Tropenheimat. Panama – Mexiko, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1930*, S. 126.

1311 Vgl. ebd., S. 131. Ähnliche Vorstellungen pflegte auch die koloniale Jugendbewegung in der Weimarer Republik. Unter anderem nutzte der *Bund Deutscher Kolonialpfadfinder* den kolonialen Raum als Projektionsfläche für lebensreformerisch inspirierte Gesundheitsideale und zur Imagination einer rassistisch konstruierten, deutschen „Volksgemeinschaft“: vgl. Susanne Heyn, *Kolonialbewegte Jugend. Beziehungsgeschichten zwischen Deutschland und Südwestafrika zur Zeit der Weimarer Republik*, Bielefeld 2018.

kolonialistischen Prinzip, dass sich die Europäer vermeintlich unberührtes Land durch wirtschaftliche Aufbauarbeit zu eigen machen – oder in den Worten eines lebensreformerischen Siedlers: „Friedliche erobertung der Welt durch bescheidene tüchtigkeit!“¹³¹² Wie diese Inbesitznahme abläuft, beschreibt ein ausgewanderter Bienenzüchter in Zimmermanns Reisebericht:

Aber schau – da drüben Nicoya mit seinen blühenden wäldern, seinen tiefen buchten und inseln! Dort werde ich wohl in den kommenden jahren fuß fassen. Ich werde alles genau erforschen, besonders auf die ernteaussichten hin. [...] Natürlich ist dann ein leistungsfähiges motorboot, vielleicht vorteilhafter noch ein kleinflugzeug, in dienst zu stellen. Landungsmöglichkeiten sind leicht zu schaffen.¹³¹³

Die idealisierte Naturlandschaft wird erkundet, vermessen und schliesslich durch moderne Technik und Infrastrukturmassnahmen in Besitz genommen. Über dort lebende Menschen verliert der Auswanderer kein Wort. Stattdessen wird diese Expansion mit der Produktion gesunder Lebensmittel wie Honig legitimiert. Das „außerordentlich gesunde und heilkräftige naturerzeugnis“ sollte durch den kolonialen Anbau nicht nur ein „leckerbissen für die reichen bleiben“, sondern „nahrung für die armen“ werden. Dazu will der Bienenzüchter den Honig ohne Zwischenhandel „direkt an den verbraucher“ in Europa verschicken.¹³¹⁴ Tatsächlich verkaufte das *Reformhaus Müller* wenig später das Naturprodukt aus Mittelamerika „[t]rotz des hohen einfuhrzolls“ für 3.70 Fr. pro Kilogramm. Zimmermann warb 1932 in der *Tau*-Zeitschrift für diesen „Honig aus der Tropenheimat“, der ohne Einsatz von Giftstoffen und unter hohen technischen und hygienischen Standards hergestellt werde.¹³¹⁵ Dieses Beispiel verweist darauf, wie lebensreformerische Akteure aus der Schweiz bereits in den 1930er Jahren in koloniale Machtstrukturen und globale, kapitalistische Verwertungszusammenhänge eingebunden waren.

In seinem Reisebericht *Tropenheimat* beschreibt Zimmermann ein umfangreiches Netz aus deutschen und Schweizer Siedlern und Siedlerinnen in Mittelamerika. Insbesondere in Costa Rica hätten sich schon viele Auswanderer niedergelassen. In der Hauptstadt Guatemalas lebte sogar der Schweizer Konsul Hans Schwendener (1880–1965) nach lebensreformerischen Grundsätzen. So empfahl Schwendener allen Auswanderungswilligen, sich ohne Fleisch zu ernähren, keinen Alkohol zu trinken und nicht zu rauchen. Diese Lebensweise

1312 Zimmermann, *Tropenheimat*, S. 131 f.

1313 Ebd., S. 127 f.

1314 Ebd., S. 129.

1315 Werner Zimmermann, Honig aus den Tropen, in: *Tau*, 9/97 (1932), S. 27.

schone nicht nur das knappe Budget der Siedler und Siedlerinnen, sondern steigere auch die Leistungsfähigkeit während der entbehrungsreichen Aufbau-phase nach der Ankunft im neuen Zuhause.¹³¹⁶

Über das koloniale „Andere“ schreiben: Der „Naturmensch“ als verkappter Lebensreformer?

In Zimmermanns „Tropenheimat“ lässt sich aber nicht nur der expansive Kolonialismus lebensreformerischer Akteure untersuchen, der Reisebericht verweist zugleich darauf, wie Lebensreformer und Lebensreformerinnen aus der Schweiz mit ihren Publikationen rassistische Stereotype und koloniale Bilder prägten. So nutzte Zimmermann die rhetorische Figur des „edlen Wilden“, um die vermeintlich naturverbundene Lebensweise indigener Völker als gesunden Gegenentwurf zur westlichen Zivilisation zu idealisieren. Dabei projizierte Zimmermann in der Tradition naturphilosophischer Denker wie Jean-Jacques Rousseau seine eigenen Ideale auf die scheinbar von westlichen Zivilisationsprozessen unberührten „Naturvölker“.¹³¹⁷ Auf diese Weise degradierte er jedoch indigene Menschen zum geschichtslosen Relikt einer vergangenen Welt und legitimiere damit auch paternalistische Eingriffe zum Schutz der idealisierten Lebensweise.

Beispielsweise schreibt Zimmermann, dass vor allem die Menschen in Guatemala trotz der spanischen Herrschaft ihre „eigenheit durch alle die jahrhunderte“ bewahrt hätten: „Nahrung, wohnung, kleidung: alles schafft es sich unabhängig vom weißen und hat zu gutem teil von der ganzen abendländischen kultur noch nichts angenommen als drei werkzeuge: machete, axt und pflug-eisen.“¹³¹⁸ Im Sinne der Lebensreform sei vor allem die Ernährung der „hochlandindianer[...]“, die trotz der europäischen Einflüsse „streng vegetarisch geblieben“ sei. Neben Früchten stünden vor allem Mais, Bohnen und etwas Reis auf dem Speiseplan. Diese einfache Nahrung ohne Salz und Fett halte „neuern ernährungserkenntnissen weitgehend stand[...]“. Fleisch und Alkohol gebe es nur in den grösseren Städten, nicht aber in den Dörfern.¹³¹⁹

Davon abweichende Praktiken erscheinen jeweils als Einbruch der westlichen Zivilisation in die heile Welt der „Naturvölker“. Schon bei seiner Ankunft

1316 Vgl. Zimmermann, Tropenheimat, S. 197.

1317 Siehe zur rhetorischen Figur des „edlen Wilden“ u. a.: Robert B. Edgerton, Trügerische Paradiese. Der Mythos von den glücklichen Naturvölkern, Hamburg 1994.

1318 Zimmermann, Tropenheimat, S. 192.

1319 Vgl. ebd., S. 193 f., zitiert S. 193.

in Cristobal in Panama erkennt Zimmermann den „Pulsschlag des dollars, kaufmännische rücksichtslosigkeit, technische spitzenleistung, weltmachtfragen.“¹³²⁰ Das eindrücklichste Zeichen dieser kolonialen Durchdringung sei jedoch der Panamakanal, der sich wie ein Ungetüm in die „waldeinsamkeit“ fresse.¹³²¹ Kaum mehr ein Unterschied zu europäischen oder nordamerikanischen Städten lasse sich in Mexikos Hauptstadt ausmachen. Mit ihren „vornehmen auslagen, ihren prunkgebäuden, riesigen banken, ihrer wogenden hast, ihrer funkelnden, flimmernden, in allen farben schreienden lichtreklame der nacht, ihrem dröhnenden lärm“ wirke sie wie ein „unverständlicher fremdk[ö]rper in der gewaltigen gröÙe und schönheit der einsamen mexikanischen landschaft.“¹³²² Zwischen dem „gewimmel der aufgeputzten herren und dämchen, [...] zwischen puder und schminke und kniefreien röcklein und seidenstrümpfchen und schwindelig hohen stöckelschuhen“ treffe man auch noch auf die Ureinwohner Mexikos – die Nachfahren der Azteken. Diese würden aber draussen in den Vororten in „lehmlöchern“ oder auf dem Müllplatz wohnen, wo sie sich „aus all den abfällen ihre hüttlein bauen“.¹³²³ Die indigene Bevölkerung erscheint hier nur noch als trauriges Überbleibsel einer „versunkenen Welt“.¹³²⁴

Die ursprüngliche Lebensweise der „Naturvölker“ wird aber nicht nur durch westliche Gewaltanwendung und Kulturpraktiken kontaminiert, auch die „vermischung mit andersrassigen“ scheint die Gesundheit der indigenen Menschen zu bedrohen. So betont Zimmermann, dass nur die „[r]einblütigen indianer“ immer noch gesund leben würden.¹³²⁵ Demgegenüber seien vor allem Menschen mit hispanischer Herkunft anfällig für ungesunde Verhaltensweisen wie übermäßigen Alkohol- oder Tabakkonsum. Diesen „mestizen“ fehle nicht nur die „gemütstiefe“ der Europäer, sie seien auch „viel tierhafter“.¹³²⁶ Diese rassistische Infantilisierung und Entmenschlichung wendet Zimmermann auch gegenüber Menschen mit afrikanischer Herkunft an, denen er eine „verblüffend tierhafte instinktsicherheit und unbewußtheit“ zuschreibt. Sie würden „bildung‘ und ‚feine manieren‘“ nur „zur schau“ stellen. Dahinter breche immer

1320 Ebd., S. 14.

1321 Ebd., S. 18.

1322 Ebd., S. 249 f.

1323 Ebd., S. 253.

1324 Ebd., S. 254.

1325 Ebd., S. 60.

1326 Ebd., S. 59.

wieder „eine urwüchsige regung“ aus der „afrikanische[n] tiefe“ hervor.¹³²⁷ Ihre Kultiviertheit erscheint für Zimmermann als schlechtes Schauspiel, das durch eine naturalisierte, in die afrikanische Herkunft eingeschriebene Wildheit und fehlende Selbstkontrolle konterkariert wird. Mit diesem exotisierenden Blick spricht der Schweizer Lebensreformer aussereuropäischen Kulturen jegliche Entwicklungsmöglichkeiten ab. Nichtweisse Menschen dienen lediglich als Projektionsfläche lebensreformerischer Idealvorstellungen.

Die Politisierung der lebensreformerischen Siedlungsbestrebungen: Felix Moeschlin ruft zur „Weltkolonisation“ auf

Schweizer Auswanderer erhielten in den 1930er Jahren kaum staatliche Unterstützung. Die Schweiz verzichtete im Unterschied zu anderen europäischen Ländern darauf, die Auswanderung gezielt zu fördern oder sogar Kolonien mit staatlichen Mitteln aufzubauen. Trotzdem gab es in wirtschaftlichen Krisenzeiten mit hoher Arbeitslosigkeit immer wieder politische Vorstösse, ein Überangebot an Arbeitskräften durch Emigration zu reduzieren. Bereits im ausgehenden 19. Jahrhundert hatte der Nationalrat und Gründer des Landesmuseums Friedrich Salomon Vögelin (1837–1888) den Bundesrat dazu aufgefordert, Schweizer Siedlungsprojekte zu unterstützen. Mit Hinweis auf die fehlende Seeflotte und die geringen finanziellen Mittel der Regierung wurden aber sämtliche Kolonialisierungspläne verworfen. Auch das 1900 gegründete *Auswanderungsamt* beschränkte sich auf die Evaluation grösserer Siedlungsprojekte, ohne dafür irgendwelche Sicherheitsgarantien zu übernehmen.¹³²⁸

In der Zwischenkriegszeit forderte die *Schweizerische Vereinigung für Innenkolonisation und industrielle Landwirtschaft (SVIL)* die Förderung der Auswanderung. Die Organisation wurde als Reaktion auf die Versorgungskrise während des Ersten Weltkriegs ins Leben gerufen. Um den Selbstversorgungsgrad der Schweiz zu steigern, prüfte die *SVIL* Projekte zur landwirtschaftlichen Nutzbarmachung brachliegender Flächen und bereitete die Umsiedlung arbeitsloser Fabrikarbeiter und Fabrikarbeiterinnen von den Städten aufs Land vor. Unter anderem sollte in der Linthebene und Magadinoebene mit Flusskorrekturen Ackerland gewonnen und durch rund

1327 Ebd., S. 24 f.

1328 Vgl. Lukas M. Schneider, *Die Politik des Bundes gegenüber projektierten Kolonisationsunternehmen in Argentinien und Brasilien. Ein Beitrag zur organisierten Auswanderung aus der Schweiz (1880–1939)*, Bern 1998, S. 83–91.

100 Bauernhöfe besiedelt werden.¹³²⁹ 1920 betonte der *SVIL*-Direktor Hans Bernhard (1888–1942) in einem Entwurf für das eidgenössische Siedlungsgesetz die Notwendigkeit einer „gesunden Siedlungspolitik“, die mehr als nur Wohnraum zur Verfügung stelle: „Sie will den Menschen durch die Anlage und Umgebung seiner Wohnstätte mit dem Boden in Fühlung bringen, und zwar so, daß er imstande ist, einen ansehnlichen Teil seiner Nahrung selbst zu erzeugen.“¹³³⁰ Neben dieser „Innenkolonisation“ setzte sich die *SVIL* auch für die „Aussenkolonisation“ ein. In einem Rückblick auf ihre Tätigkeiten konstatierte die Organisation 1944, in der Zwischenkriegszeit habe die „intensive innenkolonialisatorische Tätigkeit“ nicht mehr ausgereicht, „um allen Schweizern im Inland Arbeit und Existenz zu verschaffen“. Darum habe die *SVIL* „auswanderungsfreudige[...] Mitbürger“ mit Kursen auf das „Kolonisationsgebiet“ vorbereitet und sie im Zielland „noch längere Zeit mit Rat und Tat unterstützt“.¹³³¹ Zwischen 1922 und 1924 war diese private Organisation sogar offiziell vom Bundesrat mit dem Auftrag betraut worden, Arbeitsstellen für die Auswanderungswilligen ausfindig zu machen, Siedlungsmöglichkeiten zu prüfen und Beiträge an den Reisekosten zu gewähren.¹³³²

In den 1930er Jahren führte die nächste Wirtschaftskrise infolge des Börsencrashes 1929 in New York zu einem erneuten Aufschwung der Auswanderungsdebatte. Wieder forderten Politiker wie der freisinnige Nationalrat Bruno Pfister (1889–1955) vom Bundesrat Massnahmen zur Reduktion der Arbeitslosigkeit. Neben der *SVIL* schalteten sich weitere Auswanderungsorganisationen in die Frage ein, ob der Staat die Auswanderung unterstützen oder sogar Überseesiedlungen finanzieren sollte. Mit seinem 1935 gegründeten *Gemeinnützigen Ausland-Siedlungs-Verein* (GASV) gehörte der Schriftsteller, Politiker

1329 Vgl. Hans-Rudolf Egli, Ländliche Neusiedlung in der Schweiz vom Ende des 19. Jahrhunderts bis zur Gegenwart, in: *Erdkunde*, 40/3 (1986), S. 197–207; siehe zur Geschichte der „Innenkolonisation“ in der Schweiz und der *SVIL* auch: Burkhard, Besseren Nähr- und Siedlungsraum schaffen, S. 218–294.

1330 Hans Bernhard, Die Förderung der Innenkolonisation durch den Bund. Grundlagen zu einem eidgenössischen Siedlungsgesetz, Zürich 1920, S. 46.

1331 Schweizerische Vereinigung für Innenkolonisation und Industrielle Landwirtschaft, 25 Jahre Schweizerische Vereinigung für Innenkolonisation und industrielle Landwirtschaft, Zürich 1944, S. 22.

1332 Vgl. Schneider, Die Politik des Bundes gegenüber projektierten Kolonisationsunternehmen in Argentinien und Brasilien, S. 187–196.

und Lebensreformer Felix Moeschlin (1882–1969) in den 1930er Jahren zu den eifrigsten Verfechtern einer Emigrationsförderung.¹³³³

In jungen Jahren hatte Moeschlin selbst Siedlungserfahrungen gesammelt. Nach dem abgebrochenen Studium lebte der begeisterte Thoreau- und Tolstoi-Leser zwischen 1909 und 1914 in einem selbst gebauten Holzhaus in Schweden. In seinem international erfolgreichsten Roman *Der Amerika-Johann* (1912) verherrlichte er dieses bäuerliche Landleben und kritisierte die kapitalistische Ausbeutung der Natur. Moeschlin forderte jedoch nie eine agrarromantische Rückkehr zu einem vormodernen Bauerntum, sondern schloss sich den bodenreformerischen und freiwirtschaftlichen Ideen eines „dritten Weges“ an. Diesen Ansatz verknüpfte er mit lebensreformerischen Forderungen wie Alkoholabstinenz und einer vegetarischen Ernährungsweise. Auch diese Bestrebungen lassen sich in Moeschlins literarischem Werk deutlich nachweisen. Beispielsweise lässt er die Protagonisten in seiner 1918 veröffentlichten Erzählung *Der grosse Eidgenosse* eine selbstversorgende Künstlerkolonie gründen, die stark an den *Monte Verità* erinnert. Zwei Jahre später veröffentlichte er mit der Kurzgeschichte *Der umstürzlerische Neubau* ein Plädoyer für die Gartenstadtidee.¹³³⁴

Wie schon Hertzka versuchte auch Moeschlin diese Siedlungsideen in einem globalen Massstab umzusetzen. Dazu veröffentlichte er 1934 das kolonialistische Pamphlet *Weltkolonisation! Auswanderung!* Darin rief er zur gezielten Besiedelung vermeintlich unbewohnter Teile der Welt auf. Im Unterschied zum „überbevölkert[en]“ Europa gäbe es in Amerika, Afrika und Australien immer noch „leere Gebiete“, die noch nicht erschlossen seien. Allein in Afrika könnten

1333 Als Präsident des *Schweizerischen Schriftstellerverbandes* unterzeichnete Moeschlin 1933 ein Abkommen mit der deutschen Reichskulturkammer, das den Zugang zum deutschen Büchermarkt regelte. Schweizer Schriftsteller und Schriftstellerinnen mussten sich dazu verpflichten, in ihren Büchern auf Kritik am Nazi-Regime zu verzichten. In der Schweiz wurde das Abkommen als Kniefall vor dem Nationalsozialismus kritisiert. Der *Schweizerische Schriftstellerverband* sorgte auch mit zahlreichen Gutachten für Empörung, die sich gegen die Aufnahme politisch verfolgter Schriftsteller und Schriftstellerinnen aus Deutschland und Österreich aussprachen. Später wandte sich Moeschlin der Richtlinienbewegung zu und prägte mit seinen Romanen die sogenannte geistige Landesverteidigung. Siehe dazu: Jeroen Dewulf, Felix Moeschlins brasilianische Träume, in: Gonçalo Vilas-Boas (Hg.), *Partir de Suisse, revenir en Suisse = Von der Schweiz weg, in die Schweiz zurück*, Strasbourg 2003, S. 97–101; Christof Wamister, Felix Moeschlin. *Leben und Werk*, Bern/Frankfurt a. M./Las Vegas 1982, S. 337–354.

1334 Siehe zur Bedeutung der Lebensreform in Moeschlins literarischem Werk: Wamister, Felix Moeschlin, S. 316–326.

„1500 Millionen Menschen leben [...] statt bloss 143 Millionen“.¹³³⁵ Weil ihnen der „nötige Lebens- und Entwicklungsraum“ fehle, würden auch tausende arbeitslose Jugendliche in der Schweiz gerne auswandern. Es gebe genug junge Männer und Frauen, „die sich danach sehnen, irgendwo auf freiem Boden ein Kolonisten- und Pionierdasein aufzubauen.“¹³³⁶

Moeschlin wies der Schweiz in diesem globalen Kolonisierungsprojekt eine besondere Rolle zu. Der Schweizer Staat besitze wegen seiner „Zusammensetzung aus verschiedenen Rassen, dank seiner Vielsprachigkeit, seiner Fülle an Klimaten, seiner besonderen Verkehrslage“ die Voraussetzung, um diese „internationale Mission zu erfüllen“. Da er frei „von jeglichem Imperialismus“ sei und deshalb keine eigenen Machtinteressen habe, könne nur der Schweizer Staat „sämtliche Staaten der Erde zu einer Weltkolonisationskonferenz zusammenrufen, um einen Bevölkerungsausgleich in die Wege zu leiten“.¹³³⁷ Moeschlin machte jedoch klar, dass es sich dabei nicht um Verhandlungen auf Augenhöhe handeln könnte, sondern die „westlichen“ Staaten die Bedingungen diktieren würden. Der kolonialistischen Expansionslogik folgend, würden sich die europäischen Auswanderer die „unerschlossene[n] Kolonisationsräume“ durch ihre Arbeitsleistung zu eigen machen: „Der Boden soll dem gehören, der ihn rodet, nicht dem, der ihn politisch besitzt.“¹³³⁸ Diesen Expansionsdrang legitimierte Moeschlin mit einem rassistischen Überlegenheitsanspruch und einem sozialdarwinistisch gedeuteten Wettkampf zwischen den „Rassen“ der Welt. So betonte er, dass die „westliche Zivilisation“ die Welt besiedeln müsse, wenn sie ihre Vormachtstellung behaupten wolle. Die oft geforderte „Geburtenkontrolle“ zur Bewältigung des Bevölkerungswachstums bedeute hingegen „Selbstmord der weissen Rassen“, weil die anderen Völker weiterhin „jedes Jahr hunderttausend neue Menschen auf die Welt“ stellen würden. So gäbe es „[w]eltgeschichtlich und weltgeographisch gesehen“ heute schon eine „weisse Rasse, die sich nicht mehr zu wachsen getraue, und eine gelbe Rasse, die bewusst wachsen will.“¹³³⁹

1335 Felix Moeschlin, *Weltkolonisation! Auswanderung! Ein Beitrag zum eid. Arbeitsbeschaffungsprogramm*, Basel 1934, S. 4 f.

1336 Ebd. S. 21. Inwieweit sich Moeschlin mit diesen Ausführungen an Hans Grimms *Roman Volk ohne Raum* (1926) orientierte, der später in Nazi-Deutschland die sogenannte Lebensraumpolitik prägte, muss noch untersucht werden.

1337 Ebd., S. 18.

1338 Ebd., S. 14 f.

1339 Ebd., S. 8 f.

Die Schweiz sollte aber nicht nur neutrale Vermittlerin dieser rassistischen Kolonisierungspolitik sein, sondern auch aktiv daran teilnehmen. Als konkrete Massnahme zur Unterstützung für „schweizerische Auswanderungswille“ forderte Moeschlin „durch Staatsmittel unterstützte[...] Siedlung[en]“ in Nordamerika, Südamerika oder Afrika.¹³⁴⁰ Der Bundesrat ging tatsächlich auf diese Forderungen ein und schickte den Schriftsteller mit einer Studienkommission nach Südamerika, um mögliche Siedlungsprojekte zu prüfen. Zusammen mit Emil Immos, dem Sekretär der Auswanderungsabteilung des *Schweizerischen Caritasverbandes*, und dem Agronomen Paul Hohl, der im Auftrag der Schweizer Regierung die landwirtschaftlichen Bedingungen prüfen sollte, reiste Moeschlin im Sommer 1935 nach Brasilien und Argentinien. Obwohl die Reisegruppe durch verschiedene Pannen in ihrer Arbeit beeinträchtigt wurde, konnte vor allem der mitgereiste Agronom eine detaillierte Darstellung einiger Siedlungsmöglichkeiten erstellen. Darauf aufbauend gründete die Schweizer Regierung 1936 die *Schweizerische Zentralstelle für überseeisches Siedlungswesen*, die in den Folgejahren über 1'000 Personen bei der Auswanderung nach Südamerika und Kanada unterstützte.¹³⁴¹

Felix Moeschlin veröffentlichte seine Erlebnisse noch während der Reise in der auflagenstarken Zeitschrift *Der Beobachter*. Die Schweizer und Schweizerinnen konnten dadurch die Abenteuer der Expedition direkt miterleben. 1936 erschien der Reisebericht unter dem Titel *Ich suche Land in Südbrasilien* auch als Buch. Wie schon in der zuvor veröffentlichten Propagandaschrift beschrieb Moeschlin auch in seinem Reisebericht den kolonialen Raum als weitgehend unbesiedelt und deshalb frei verfügbar. Schon die Ankunft der Schweizer im Zeppelin wird als zivilisatorischer Einbruch in eine ungeordnete, vermeintlich ursprüngliche Welt inszeniert: „Und dann landen wir beim fröhlichen Geschrei der hundertfünfzig N[...], Mulatten und Indianermischlinge, die mit schlechten Zähnen zu uns heraufgrinsen.“¹³⁴² Die rassistische Beschreibung der Menschen sollten den Überlegenheitsanspruch der Schweizer Wissenschaftler verstärken. Trotz der modernen Wolkenkratzer beschreibt Moeschlin auch die brasilianische Grossstadt Recife als „Chaos, das noch zu gestalten“ sei.¹³⁴³ Diese Ordnungsaufgabe wird immer wieder als geradezu missionarische Pflicht der

1340 Ebd., S. 19.

1341 Vgl. Schneider, Die Politik des Bundes gegenüber projektierten Kolonisationsunternehmen in Argentinien und Brasilien, S. 196–206.

1342 Moeschlin, *Ich suche Land in Südbrasilien*, S. 13.

1343 Ebd., S. 13.

Schweizer Auswanderer und Auswanderinnen ausgerufen. Ohne Rücksicht auf die Bedürfnisse der indigenen Bevölkerung empfiehlt Moeschlin die systematische Nutzbarmachung scheinbar unbewohnter Landstriche.

Die Menschen in Brasilien beschreibt Moeschlin einerseits als naiv und spricht ihnen jeglichen Entwicklungswillen ab: „Wenn hier im Walde ein Baum über die Straße fällt, so wartet der Brasilianer so lange, bis der Stamm von selbst verfault, und macht unterdessen einen Bogen um den Baum herum, mag das auch beschwerlich sein.“ Zugleich lobt Moeschlin das einfache, naturverbundene Leben als idyllisches Relikt einer vergangenen Zeit. So gibt er gegen Ende seines Reiseberichts zu bedenken: „Vielleicht ist der Brasilianer natürlicher als wir, vielleicht sind wir auf Abwegen mit unserer Art, jedes Hindernis überwinden zu wollen.“¹³⁴⁴ Zwischen den Zeilen blitzen dabei immer wieder lebensreformerische Gesundheitsideale auf. Unter anderem kritisiert der abstinente Schriftsteller den billigen Zuckerrohrschnaps in Brasilien. Selbst in Malariagegenden sei „die Malaria immer noch weniger gefährlich als der Schnaps.“¹³⁴⁵ Anderenorts freut er sich über die ihm angebotene Orange und wundert sich darüber, dass die Brasilianer kaum Früchte konsumierten: „Auf Spitzbergen kann das Obst nicht seltener sein als hier. Weiß Gott, warum die Leute hier meinen, nur mit Schweinefett, mit möglichst viel Schweinefett, lasse sich leben.“¹³⁴⁶ Die brasilianischen Siedlungspläne wurden nie umgesetzt, trotzdem prägte Moeschlin mit seinen Publikationen nicht nur die Kolonialdiskurse in der Schweiz, er verlieh ihnen auch eine lebensreformerische Note.

1344 Ebd., S. 155 f.

1345 Ebd., S. 48.

1346 Ebd., S. 151.

7. Schluss: Lebensreform in der Schweiz (1850–1950)

Wie hast du's mit der Moderne? Eine Annäherung an die Lebensreform

Zwischen 1850 und 1950 veränderte sich der Alltag der Menschen in der Schweiz auf vielfältige Weise. Die Bevölkerung wuchs sehr schnell an und die Menschen zogen vom ländlichen Raum in die zunehmend dicht besiedelten Städte. Dort arbeiteten sie nicht mehr in landwirtschaftlichen Berufen, sondern in Fabriken, Büros und Geschäften. Sie mussten nicht nur den stressigen Arbeitsalltag bewältigen, sondern sich auch mit den steigenden Lärmemissionen, dem anschwellenden Strassenverkehr und der zunehmenden Luftverschmutzung arrangieren. Zugleich boten die pulsierenden Städte eine bis dahin nicht gekannte Vielfalt an Bildungsmöglichkeiten, Freizeitaktivitäten und Konsumangeboten. Mit dieser Transformation der Schweiz von einer Agrar- zur urbanen Industrie- und Konsumgesellschaft war nicht nur ein rasantes Wirtschaftswachstum verbunden, sondern auch eine starke Bildungsexpansion. Durch die Einführung der allgemeinen Schulpflicht und den Ausbau der Mittel- und Hochschulen erhielt ein immer grösserer Teil der Bevölkerung eine höhere Ausbildung. Mit der Etablierung naturwissenschaftlicher Methoden wurde zugleich die Professionalisierung zahlreicher Berufsfelder und die Verwissenschaftlichung des Alltags vorangetrieben.

Mit dem wachsenden Wohlstand, dem steigenden Bildungsgrad und der zunehmenden sozialen Mobilität – insbesondere der neuen Mittelschichten – schwächten sich in der urbanen Industrie- und Konsumgesellschaft traditionelle Bindungen an die Familie, den Wohnort, die Kirche und den Arbeitgeber ab. Zugleich erweiterten sich die Gestaltungsmöglichkeiten und Handlungsspielräume der Menschen. Dadurch erhielten sie aber nicht nur eine grössere Entscheidungsvielfalt, sie wurden auch unter erhöhten Druck gesetzt, sich entscheiden zu müssen. Ob Wohnform, Ernährungsweise, Freizeitverhalten, Religiosität oder Sexualität – überall sollte das gebildete, selbstbestimmte Individuum eine „richtige“ Wahl treffen, um ein gutes Leben führen zu können. Diese Individualisierung hatte aber keine Atomisierung der Gesellschaft und völlige Regellosigkeit zur Folge. Vielmehr öffneten sich Räume für neue Akteure, die mit ihren Handlungsanweisungen und Sinndeutungsangeboten neue Ordnungen für die alltägliche, individualisierte Lebenspraxis anboten.

An dieser Stelle des historischen Prozesses kam die Lebensreform ins Spiel. Sie bot Anleitungen und Spezialwissen für eine gesündere und harmonischere Lebensweise unter den Bedingungen der modernen Industrie- und Konsumgesellschaft an.

Dabei war die Lebensreform erstens ein Produkt der Moderne. Erst die Bildungsexpansion, der Wohlstandszuwachs und die voranschreitende Individualisierung ermöglichten es Menschen aus den neuen Mittelschichten, ihren Lebensstil selbstbestimmt nach lebensreformerischen Prämissen zu gestalten. Zugleich stützte sich die Lebensreform auf Wissensbestände, die sich erst mit dem Aufstieg der Naturwissenschaften im 19. Jahrhundert bildeten: Naturheilärzte erklärten ihre Diätregeln mit physiologischen Untersuchungen, Biobauern zitierten aus den Werken von Bakteriologen und Vegetarierinnen begründeten ihre Forderungen mit den Erkenntnissen der Evolutionsbiologie. Mit ihren unzähligen Büchern, Zeitschriften, Vorträgen, Kongressen und Weiterbildungskursen traten lebensreformerische Akteure in Austausch mit anderen Wissensproduzenten. Auch wenn sie das naturwissenschaftliche Wissen vulgarisierten und bisweilen fehlinterpretierten oder gar negierten, waren lebensreformerische Akteure auf die Funktionsweise des modernen Wissenschaftsbetriebs angewiesen, der ständig neues Wissen erzeugte, verhandelte und verwarf. Eine wichtige Rolle spielte dabei auch die Globalisierung, die Zugriff auf immer neue Wissensbestände aus aussereuropäischen Kulturen ermöglichte. Dabei eigneten sich lebensreformerische Akteure insbesondere das Wissen über Körperpraktiken, Kochtechniken und religiöse Glaubenssysteme an. Um ihre Konzepte und Praktiken zu popularisieren, nutzten sie zudem die Mechanismen der aufkommenden Massenmedien.

Die Lebensreform lässt sich zweitens als kritisches Korrektiv der Transformationsprozesse verstehen. Obwohl sie ein Produkt der modernen Gesellschaft war, wurde sie auch dazu genutzt, um Fehlentwicklungen zu kritisieren, die sich in der sich herausbildenden Industrie- und Konsumgesellschaft zeigten. Gerade jene Menschen, die in den wachsenden Städten wohnten und von den Freiheiten und Gestaltungsmöglichkeiten der urbanen Lebensweise profitierten, begannen sich mit den Nachteilen und Risiken der Urbanisierung, Industrialisierung und Technisierung zu beschäftigen. Sie kritisierten den Mangel an Licht und Luft in den zunehmend dicht besiedelten Wohngebieten, den stressigen Alltag in den hektischen Städten und die fehlende körperliche Betätigung in den neuartigen Dienstleistungs- und Berufsberufen. Auch die industrielle Verarbeitung von Nahrungsmitteln, die Intensivierung der Landwirtschaft und den zunehmenden Verbrauch von Genussmitteln und tierischen Eiweissen machten sie für die Entstehung sogenannter Zivilisationskrankheiten wie

Krebs, Zahnkaries oder Nervosität verantwortlich. Um diese nichtintendierten Folgeprobleme der modernen Gesellschaft zu bewältigen oder zumindest abzuschwächen, propagierten die Lebensreformer und Lebensreformerinnen zahlreiche Therapieangebote und postulierten alternative Gesellschaftsentwürfe, die eine gesündere Lebensführung ermöglichen sollten. Wer bereits unter der modernen Lebensweise gelitten hatte, konnte seine körperliche und geistige Gesundheit durch Naturheilanwendungen zurückgewinnen. Um gar nicht erst krank zu werden, sollten die Menschen ihren Lebensstil nach den Vorgaben der Lebensreform ausrichten: Vegetarisch essen, auf Alkohol, Tabak und andere Genussmittel verzichten, biologisch hergestellte, möglichst unverarbeitete Produkte verwenden, eigenes Gemüse im Schrebergarten anbauen, den Körper mit Sport, Wanderungen, Gymnastik und Nacktbaden pflegen und die Psyche mit neureligiösen Körpertechniken, Entspannungsübungen und Psychoanalyse stärken und wenn möglich mit Gleichgesinnten in einer Gartenstadtsiedlung im Grünen wohnen.

Die Lebensreform war zwar mit verschiedenen Verzichtspostulaten verbunden, jedoch formte sie auch einen eigenen, sehr ausgeprägten Konsumstil. Wer keinen Alkohol trank, kaufte sich stattdessen alkoholfreie Getränke wie Limonaden, Fruchtsäfte und Mineralwässer, anstelle des Weissbrotes trat das Vollkornbrot und industriell hergestellte Schönheitspräparate wurden durch sogenannte Naturkosmetik ersetzt. Das lebensreformerische Sortiment umfasste Biogemüse, Nussaufstriche, koffeinfreien Kaffee, Fleischersatzprodukte aus Soja, pflanzliche Sonnenschutzöle und luftige Reformkleider. Diese Produkte wurden als besonders natürlich und gesund markiert, weil sie weniger stark verarbeitet wurden, keine künstlichen Zusatzstoffe enthielten oder tierische durch pflanzliche Bestandteile ersetzten. Diese Konsumkritik richtete sich aber nie grundsätzlich gegen die modernen Marktmechanismen, sondern nur gegen bestimmte Herstellungsverfahren, die als unnatürlich und ungesund abgelehnt wurden. Vielmehr nutzten lebensreformerische Akteure selbst die neusten Produktionstechniken, globalen Vertriebswege und Werbemaßnahmen der entstehenden Konsumgesellschaft. Zugleich konnten sie sich mit ihrem natur- und gesundheitsorientierten Lebensstil von anderen Sozialgruppen, die beispielsweise ihren Wohlstand durch einen hohen Fleischkonsum inszenierten, bewusst abgrenzen und die eigenen, autonom getroffenen Konsumentenscheide mit Gleichgesinnten teilen. Sie förderten damit nicht nur die Pluralisierung der Lebensstile, sondern legten auch den Grundstein für einen alternativen Konsum, der mehr Wert auf die Gesundheitswirkung und die Naturverträglichkeit der Produkte und Dienstleistungen legte als auf eine

möglichst günstige und massenhafte Herstellungsweise – wodurch sie die Ausdifferenzierung der Konsumgesellschaft weiter vorantrieben.

An diesem Vorgang wird deutlich, dass Lebensreformer und Lebensreformerinnen keinen Bruch mit der modernen Gesellschaft und keine Rückkehr zu einer vormodernen Lebensweise anstrebten, sondern vielmehr die modernen Transformationsprozesse sogar förderten. Die Lebensreform lässt sich deshalb drittens auch als Motor der Moderne beschreiben. So setzte sie nicht nur handlungsfähige Individuen voraus, die ihren Lebensstil nach lebensreformerischen Vorgaben selbstbestimmt ordnen konnten, sondern mit ihrer reglementierten Ernährungsweise, der systematischen Körperpflege und den Psychotechniken förderten sie auch die Hervorbringung des autonomen Subjekts. Lebensreformerische Akteure verbreiteten die Vorstellung, dass Gesundheit in der Verantwortung des Individuums liegt, sich der Körper nach individuellen Wünschen gestalten lässt und jeder Einzelne unabhängig von seiner Herkunft nach Selbstverwirklichung streben kann. Die gezielte Arbeit an sich selbst sollte dem Einzelnen ein besseres Leben in der modernen Gesellschaft ermöglichen.

Lebensreformer und Lebensreformerinnen versuchten durch Entspannungsübungen mit dem Stress im hektischen Alltag umzugehen und den Körper durch Ertüchtigungs- und Pflegeanwendungen für die Herausforderungen des Arbeitslebens fit zu halten. Sie nutzten die Hinweise der Ratgeberliteratur, um in der immer unübersichtlicher werdenden Konsumgesellschaft die richtigen Produkte auszuwählen, um gesund zu bleiben. Zudem versprachen Ratgeber, mit psychoanalytischen Selbsttechniken und neureligiösen Körperübungen Halt und Orientierung in der individualisierten Gesellschaft zu geben. Mit diesen umfassenden Erziehungs-, Bildungs- und Unterrichtsangeboten trieben lebensreformerische Akteure die Pädagogisierung der Gesellschaft voran. Dieser Prozess führte jedoch dazu, dass soziale Probleme zunehmend als pädagogische Herausforderungen behandelt wurden. Anstatt die soziale, politische oder wirtschaftliche Ordnung umzugestalten, sollte der Einzelne dazu ermächtigt werden, sich selbst zu helfen. Weil vor allem privilegierte Menschen mit Zugriff auf ökonomische und kulturelle Ressourcen die Möglichkeit nutzten, ihre Lebenssituation durch lebensreformerische Selbstoptimierungstechniken zu verbessern, konnte dieser selbstreformerische Ansatz soziale Ungleichheiten verstärken. Darum warfen bereits zeitgenössische Kritiker den lebensreformerischen Akteuren vor, soziale Probleme zu privatisieren.

Diese Problematik wurde dadurch verschärft, dass lebensreformerische Akteure zwar in erster Linie die Individuen mit ihren Bildungsprogrammen zur Selbstveränderung anleiteten, jedoch immer auch gesellschaftliche Teilsysteme in ihrem Sinne zu gestalten versuchten. So kämpften sie beispielsweise,

noch bevor sich die modernen Sozial- und Wohlfahrtsstaaten etablierten, für ein Gesundheitssystem, das möglichst viel Verantwortung auf die Individuen überträgt. Wer sich durch lebensreformerische Praktiken gesund hielt – nicht rauchte, keinen Alkohol trank, seinen Körper trainierte –, sollte dafür belohnt werden. Mit diesem Ansatz regten lebensreformerische Akteure nicht nur Massnahmen zur Gesundheitsprävention an, sondern förderten auch eugenische Praktiken, um die Gesundheit der Bevölkerung mit Förderprogrammen zu lenken oder mit Eingriffen in die Fortpflanzungsfreiheit aktiv zu regulieren. Ihre Forderungen begründeten sie mit den um 1900 grassierenden Degenerationsängsten und sozialdarwinistischen Gesellschaftsentwürfen. Um im vermeintlichen „Kampf ums Dasein“ bestehen zu können, sollte sich nicht nur jeder Einzelne durch lebensreformerische Praktiken optimieren, sondern es sollten auch ganze Gesellschaften ihre Wettbewerbsfähigkeit steigern. Damit traten Lebensreformer und Lebensreformerinnen als nichtstaatliche, biopolitische Akteure in Erscheinung, die Gesundheitsdiskurse mitprägten und einen Einfluss auf die Ausgestaltung des modernen Sozial- und Wohlfahrtsstaates ausübten.

Auch in anderen Bereichen propagierten Lebensreformer und Lebensreformerinnen einen schlanken Staat, der seinen Bürgern und Bürgerinnen einen möglichst grossen Entfaltungsspielraum einräumt, um selbstständig nach Wohlstand, Glück und Selbstverwirklichung streben zu können. Beispielsweise konzipierte die Freiwirtschaft einen Gesellschaftsentwurf, in dem sich das Individuum durch lebensreformerische Optimierungstechniken nicht nur einen Vorteil bei der Erwerbsarbeit oder der Partnerwahl verschaffen kann, sondern immer auch für das eigene Scheitern verantwortlich gemacht wird. Ohne soziale Absicherung sollte allein die eigene Leistungsfähigkeit als Gradmesser für gesellschaftlichen Erfolg dienen. Damit nahmen lebensreformerische Akteure Konzepte zur Neoliberalisierung der Gesellschaft vorweg, die sich erst Jahrzehnte später etablieren sollten. Bereits in der Zwischenkriegszeit zeigten die sozialdarwinistisch konzipierten Gesellschaftsentwürfe eine unheilvolle Nähe zu autoritären Ideologien wie dem Faschismus und Nationalsozialismus. Das lässt sich darauf zurückführen, dass die isolierten Praktiken – ob vegetarisch essen, nackt baden oder in einer Gartenstadtsiedlung leben – grundsätzlich mit allen modernen Ideologien, Wirtschaftssystemen und Staatsordnungen vereinbar waren, jedoch das individuelle Streben nach Gesundheit und einem fittem, leistungsfähigen Körper im Kontext einer entsolidarisierten Konkurrenzgesellschaft, wie sie unter anderem die Freiwirtschaft propagierte, zum gewaltvollen Verdrängungskampf umgedeutet und für rassistische Vorhaben nutzbar gemacht wurde.

Vegetarisch essen, nackt baden und im Grünen wohnen: Die Geschichte der Lebensreform in der Schweiz

Die Ausbreitung der Lebensreform und Ausdifferenzierung der Lebensreformbewegung in der Schweiz zwischen 1850 und 1950 lässt sich in drei Phasen einteilen. In der ersten Phase in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts beschäftigten sich vor allem Einzelpersonen mit naturheilkundlichen Behandlungsmethoden. Sie eröffneten erste Naturheilanstalten, publizierten ihre Erkenntnisse in Büchern und gaben kleine Zeitschriften heraus. Diese Phase war durch einen intensiven transnationalen Austausch von Körperpraktiken und Gesundheitsvorstellungen geprägt. Dabei zirkulierte nicht nur das Wissen über die Staatsgrenzen hinweg, sondern es wurde auch der Aufbau erster Infrastrukturen und Organisationen in der Schweiz massgeblich durch Migrantinnen und Migranten vorangetrieben.

Die erste Wasserheilstätte der Schweiz nahm 1839 in Albisbrunn den Betrieb auf. Zum Angebot gehörten Badekuren, Abwaschungen und Duschwendungen wie sie Vincenz Prießnitz ab 1826 im schlesischen Gräfenberg durchführte. Dabei sollte kaltes Wasser einen Reiz auf den Körper ausüben, um die Selbstheilung anzuregen. In den 1850er Jahren entwickelte Arnold Rikli, der Sohn eines wohlhabenden Berner Färbereibesitzers, diese ersten Naturheilanwendungen weiter, indem er seine Patienten und Patientinnen nicht mehr mit Wasser, sondern mit Licht- und Luftreizen behandelte. Er verliess 1854 die Schweiz, um im österreichischen Badekurort Veldes eine Naturheilstätte mit Licht- und Luftbädern zu eröffnen. Im selben Jahr wie Rikli übernahm der deutsche Apotheker Theodor Hahn in St. Gallen die Naturheilstätte *Auf der Waid* und arbeitete ebenfalls an der Weiterentwicklung der Naturheilkunde. Er erkannte in einer falschen Ernährung durch zu viel Alkohol, Kaffee, Tee, Salz, Zucker oder Tabak die Ursache sogenannter Zivilisationskrankheiten. Als besonders gesundheitsschädlich kritisierte er tierische Eiweisse, weil diese im Verdauungstrakt Giftstoffe freisetzen und Entzündungen verursachen würden. Aufgrund dieser Kritik geriet er mit akademischen Ernährungswissenschaftlern wie Justus von Liebig und Carl von Voit in Konflikt, die zur gleichen Zeit Fleisch als leistungssteigernde Kraftnahrung propagierten. Ungeachtet dieser Kontroverse begann Hahn seine Patienten und Patientinnen mit vegetarischen Diäten zu behandeln.

Mit dem wachsenden Repertoire an Naturheilanwendungen eröffneten um 1900 in der Schweiz wie auch in vielen anderen europäischen und nordamerikanischen Ländern zahlreiche weitere Naturheilstätten. Darunter war unter anderem Friedrich Fellenbergs *Naturheilstätte Erlenbach*, die 1898 ihren

Betrieb aufnahm, und Max Bircher-Benners 1903 auf dem Zürichberg eröffnetes Sanatorium *Lebendige Kraft*. Wegen seiner Rolle als kultureller Experimentierraum und Treffpunkt für Aussteiger, avantgardistische Künstlerinnen und politisch Verfolgte erlangte ab 1903 vor allem das Sanatorium *Monte Verità* einen legendären Ruf. Einen grösseren Einfluss auf die Entwicklung der Naturheilkunde hatten jedoch andere Einrichtungen wie Adolf Keller-Hoerschelmans *Kurhaus Cademario* oder die *Kuranstalt Sennrüti* in Degersheim, die mit ihren Naturheilanwendungen, Entspannungsangeboten und Sportaktivitäten in der Zwischenkriegszeit einen neuartigen, gesundheitsorientierten Ferientourismus in der Schweiz anstießen, der sich später auch in Höhenkurorten wie Arosa und Davos etablierte.

Bei den Wasseranwendungen, Licht- und Luftbädern oder vegetarischen Diäten handelte es sich um medizinische Behandlungsmethoden, die nur für einige Wochen im Jahr während des Kuraufenthalts oder zu Hause gegen bestimmte Beschwerden eingesetzt wurden. Einige Naturheiler propagierten diese Praktiken jedoch bald auch als Verhaltensanweisungen im Alltag. So empfahl beispielsweise Theodor Hahn seinen Patientinnen und Patienten, ihre Ernährung nicht nur während der Kurbehandlung umzustellen, sondern die vegetarische Ernährungsweise jederzeit durchzuführen. Anstatt Krankheiten mit Naturheilanwendungen zu behandeln, sollten sie durch die richtige Lebensweise gar nicht erst entstehen. Seit den späten 1850er Jahren veröffentlichte er dazu Bücher und Streitschriften, in denen er sich nicht nur mit medizinischen, sondern auch mit tierethischen, physiologischen und volkswirtschaftlichen Argumenten gegen den steigenden Fleisch- und Genussmittelkonsum einsetzte. Sein Wissen bezog er aus den Werken englischer und US-amerikanischer Vegetarier und Vegetarierinnen, deren Texte er ins Deutsche übersetzte. Damit markierte er den Beginn der eigentlichen Lebensreform, die einen gesünderen Lebensstil unter den Bedingungen der modernen Gesellschaft ermöglichen sollte.

Theodor Hahns Naturheilanstalt *Auf der Waid* entwickelte sich in der Folgezeit zu einem der ersten Treffpunkte der vegetarischen Bewegung in der Schweiz. Dort arbeitete auch der deutsche Arzt Wilhelm Dock, der in den 1870er und 1880er Jahren mit seinen Publikationen und Vorträgen massgeblich dazu beitrug, nicht nur die Naturheilkunde, sondern auch den Vegetarismus in Deutschland und der Schweiz bekannt zu machen. Weil er nicht nur im deutschsprachigen Raum auftrat, sondern auch Vorträge in Lausanne und Genf hielt und seine Schriften ins Französische übersetzte, spielte er auch eine wichtige Rolle als Vermittler zwischen den Sprachregionen. Durch ihn gelangte der angelsächsisch geprägte Vegetarismus in die Westschweiz und darüber hinaus

in den weiteren französischsprachigen Raum. So half er 1880 nicht nur die *Société d'Hygiène générale et de végétarisme de Lausanne* mitzugründen, sondern war auch Mitglied der im selben Jahr gegründeten *Société Végétarienne de Paris*. Dadurch übte er eine Scharnierfunktion zwischen deutsch-, französisch- und englischsprachigen Vegetariern und Vegetarierinnen aus.

Nicht zuletzt regte Hahn mit seinen Übersetzungen die Entstehung einer ersten vegetarischen Vereinigung im deutschsprachigen Raum an. Während es in Grossbritannien und den Vereinigten Staaten bereits seit den 1830er Jahren Vegetariervereine gab, gründete der evangelische Theologe Eduard Baltzer im mitteldeutschen Nordhausen erst 1867 mit den *Freunden der natürlichen Lebensweise* einen ersten Verein, der deutschsprachige Vegetarier und Vegetarierinnen miteinander vernetzte. Unter anderem führte der Vegetarierverein 1883 seine 14. Jahrestagung parallel zur ersten Schweizer Landesausstellung in Zürich durch. Aber trotz intensiver Vereinsaktivitäten durch Hahn und Dock versammelten sich in dieser Vereinigung nie mehr als einige hundert Mitglieder.

Fast zur gleichen Zeit wie die *Freunde der natürlichen Lebensweise* gründeten 1868 die Anhänger der Naturheilkunde den *Schweizerischen Centralverein für Naturheilkunde*, der jedoch nach wenigen Jahren wieder aufgelöst wurde. 1876 versammelten sich die Naturheilkundler und Naturheilkundlerinnen jedoch erneut, um mit dem *Schweizerischen Verein gegen Impfwang* das eidgenössische Epidemiegesezt zu verhindern, das landesweite Pockenimpfungen vorsah. Im Unterschied zur wissenschaftlichen Medizin, die in der Impfpraxis eine Möglichkeit erkannte, bestimmte Krankheitserreger einzudämmen oder gar auszurotten, kritisierten Naturheilkundler darin einen unnötigen oder sogar schädlichen Eingriff in den gesunden, menschlichen Körper. An keiner anderen medizinischen Anwendung zeigten sich die Unterschiede zwischen den Gesundheitsvorstellungen so deutlich wie beim Impfen. Überraschenderweise konnte sich die kleine Gruppe gegen das fast geschlossen auftretende Parlament und die akademische Ärzteschaft mit einem emotionalisierten Abstimmungskampf erfolgreich durchsetzen und das Referendum gegen das Epidemiegesezt für sich entscheiden. Die Vertreter der Naturheilkunde erzielten damit zum ersten Mal einen Erfolg im Deutungskampf um die sich entfaltende Gesundheits- und Biopolitik in der Schweiz. Obwohl verschiedene Impfkampagnen im Verlauf des 20. Jahrhunderts eindeutige Erfolge im Kampf gegen tödliche Infektionskrankheiten zeigten, entbrannte der Konflikt um die sogenannte Impffrage immer wieder von Neuem.

Die lange Kontinuität dieser Aktivitäten ist darauf zurückzuführen, dass sich die Anhänger und Anhängerinnen der Naturheilkunde und des Vegetarismus

in der Schweiz im ausgehenden 19. Jahrhundert in sehr stabilen Vereinigungen zusammenschliessen konnten und eine zusammenhängende soziale Bewegung bildeten, die nicht mehr nur von wenigen Naturheilärzten getragen wurde, sondern sich aus einem schnell wachsenden Netzwerk aus Lokalvereinen, Verlagen, Zeitschriften, Treffpunkten und Einzelpersonen zusammensetzte. Damit trat die Geschichte der Lebensreform in der Schweiz in eine zweite Phase ein.

Einen wichtigen Beitrag, um die lebensreformerischen Akteure in der Schweiz zu bündeln, die Lebensreform mit zusätzlichen Praktiken zu erweitern und damit stärkeren Einfluss auf die Gesellschaft, Wirtschaft und Politik auszuüben, leistete der 1899 gegründete *Verband Schweizerischer Naturheilvereine*, der sich ab 1917 *Schweizerischer Verein zur Hebung der Volksgesundheit* nannte. Diese überregionale Vereinigung propagierte die naturheilkundlichen Anwendungen und vegetarischen Ernährungsregeln nicht mehr nur zur persönlichen Gesundheitspflege, sondern als biopolitische Massnahmen, um die Gesundheit der gesamten Bevölkerung zu regulieren. Dazu erweiterten sie die lebensreformerischen Handlungsanweisungen mit den Präventionsforderungen der Hygienebewegung, die seit dem 18. Jahrhundert das Gesundheitsverhalten der Bevölkerung durch Schulunterricht, öffentliche Aufklärungskampagnen oder staatliche Regulierungsmassnahmen zu beeinflussen versuchte. Darum beschäftigte sich die Naturheil- und Vegetarierbewegung nach 1900 nicht mehr nur mit Wasserkuren, Licht- und Luftbehandlungen oder vegetarischen Diäten, sondern auch mit Fragen der Schulerziehung, der Wasserversorgung, der Stadtreinigung, der Seuchenbekämpfung, der Unfallversicherung, der Nahrungsmittelversorgung oder der landwirtschaftlichen Produktion. Dazu führte der *Verband Schweizerischer Naturheilvereine* zahlreiche Vorträge, Kurse und Weiterbildungswochen durch, publizierte Zeitschriften, Bücher und Flugschriften und baute Licht-, Luft- und Sonnenbäder, Schrebergartenanlagen und Volks-sanatorien als praktische Orte der öffentlichen Gesundheitspflege auf. Nicht zuletzt nahm die Naturheil- und Vegetarierbewegung mit Initiativen, Referenden und Appellen zunehmend mit politischen Instrumenten Einfluss auf die Entwicklung der Gesundheits- und Sozialpolitik in der Schweiz.

Zugleich schritt die Ökonomisierung der Naturheilanwendungen und der vegetarischen Ernährungsweise schnell voran. Alkoholfreie Getränke, koffeinfreier Kaffee, Vollkornbrote, biologisches Gemüse, Naturkosmetik, Reformkleidung und andere Reformprodukte sollten einen natur- und gesundheitsorientierten Lebensstil im Alltag überhaupt erst ermöglichen. Dazu eröffneten im ausgehenden 19. Jahrhundert erste vegetarische Restaurants wie 1898 das *Vegetarierheim* in Zürich. Um sich auch für den Hausgebrauch mit Reformprodukten versorgen zu können, stieg bald auch die Anzahl der Reformhäuser

in der Schweiz. Bei der Etablierung dieser Versorgungs- und Dienstleistungsinfrastruktur spielten Frauen eine entscheidende Rolle. Während männliche Akteure die publizistische Beschäftigung mit der Lebensreform dominierten, prägten Frauen vor allem die praktische Umsetzung und Verwertung dieser Ansätze. Beispielsweise begann Amalia Egli um 1900 einen ersten Versandhandel für Reformprodukte aufzubauen und eröffnete 1912 das *Reformhaus Egli*. Dort wurden biologische Nahrungsmittel verkauft, die überhaupt erst durch die Initiative von Mina Hofstetter in der Schweiz angebaut wurden. Zugleich trieben Aktivistinnen der Abstinenzbewegung wie Susanna Orelli-Rinderknecht und Else Züblin-Spiller die Ausbreitung abstinenter Restaurants voran. Auch viele vegetarische Pensionen, wie das *Haus Neugeboren*, wurden von Frauen aufgebaut und geführt. In der Folge gab es bereits in den 1930er Jahren etwa 120 vegetarische und abstinente Restaurants, Gasthäuser und Pensionen sowie über 50 Reformhäuser in der Schweiz. Damit waren diese alternativen Konsumangebote in der Zwischenkriegszeit mehr als Nischenprodukte für eine lebensstilorientierte Bewegung. Spätestens als die *Migros* in die Produktion und den Verkauf alkoholfreier Getränke eintrat und die Reformhäuser 1931 an der *Hygiene- und Sportausstellung (Hyspa)* einen eigenen Pavillon erhielten, waren die Reformwaren in der Mitte der Gesellschaft angekommen.

Um ihren Forderungen mehr Relevanz und wissenschaftliche Legitimität zu verleihen, adaptierten lebensreformerische Akteure um 1900 die alarmistischen Degenerationsängste der wissenschaftlichen Abstinenzbewegung. In der Schweiz wurde diese Bewegung vor allem durch Gustav von Bunge und Auguste Forel geprägt. Im Unterschied zur religiös motivierten Abstinenzbewegung erforschten die beiden Universitätsprofessoren den Einfluss von Alkohol und Tabak auf den menschlichen Körper mit wissenschaftlichen Methoden und versuchten deren Auswirkung auf die Gesundheit der Bevölkerung mit statistischen Untersuchungen zu belegen. Um den befürchteten Niedergang der sogenannten Volksgesundheit zu stoppen, propagierten sie neben Aufklärungskampagnen und staatlichen Regulierungsmassnahmen zur Reduktion des Alkohol- und Tabakkonsums auch Eingriffe in die individuelle Reproduktionsfreiheit. So sollten sich beispielsweise Menschen mit einer Suchtkrankheit nicht mehr fortpflanzen dürfen. Damit waren sie Vordenker der sogenannten Eugenik, unter deren Vorwand in der Schweiz bis weit in die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts Zwangssterilisationen durchgeführt wurden.

Lebensreformerische Akteure wie Theodor Hahn, Wilhelm Dock oder Max Bircher-Benner weiteten die Degenerationsängste der Abstinenzbewegung mit Warnungen vor weiteren Genuss- und Nahrungsmitteln wie Kaffee, Tee, Salz, Zucker und insbesondere Fleisch aus. Diese würden ebenso wie Alkohol und

Tabak zum voranschreitenden Zerfall der Gesundheit beitragen. Um den drohenden Niedergang aufzuhalten, sollten die Menschen in erster Linie durch Aufklärung und Anleitung zur Ernährungsreform und gezielten Gesundheitspflege animiert werden. Einige lebensreformerische Akteure wie beispielsweise Theophil Christen adaptierten aber auch eugenische Lösungsvorschläge, um die sogenannte Volksgesundheit zu verbessern, und weil mit der Einteilung in „erbggesund“ und „erbkrank“ auch rassistische Deutungsmuster verbunden waren, verknüpften sie die Lebensreform auch mit rassistischen und antisemitischen Menschenzuchtplänen. Vor diesem Hintergrund entwickelten sich einige Schweizer Zeitschriften wie beispielsweise die *Volksgesundheit* in den 1930er Jahren zu auflagenstarken Sprachrohren der Eugenik, die selbst nach 1945 einflussreichen Ärzten aus dem nationalsozialistischen Deutschland eine Plattform für ihre rassistischen Parolen zur Verfügung stellten.

Die wissenschaftliche Abstinenzbewegung prägte um 1900 nicht nur die Naturheil- und Vegetarierbewegung, sondern förderte auch die Entstehung einer weiteren Bewegung, die für die Entwicklung der Lebensreform in der Schweiz eine wichtige Rolle spielen sollte. Auf Anregung von Gustav von Bunge und Auguste Forel bildeten sich in den 1890er Jahren die abstinenten Mittel- und Hochschulverbindungen *Helvetia* und *Libertas*. Diese Jugendgruppen propagierten Wanderungen und Sport anstelle der studentischen Trinksitten. Aus ihren Reihen ging 1908 der Schweizer Ableger der aus Deutschland kommenden Wandervogelbewegung hervor, der mehrtägige Bergtouren durch die Schweizer Alpen organisierte. Mit ihrer typischen Kleidung, den Volksliedern und Volkstänzen und den einfachen Wander-, Koch- und Übernachtungspraktiken kreierte die Schweizer Wandervögel nicht nur eine abgrenzbare Jugendkultur, sondern prägten auch neuartige Freizeitbeschäftigungen. Auf ihrem Höhepunkt versammelten sich 1914 knapp 1'400 Mitglieder in dieser ersten Jugendbewegung der Schweiz. Während sich die Wandervogelbewegung fast ausschliesslich in der Deutschschweiz etablierte, breitete sich in der Westschweiz die englische Pfadfinderbewegung aus, die ebenfalls natur- und gesundheitsorientierte Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche anbot, jedoch durch Erwachsene geleitet wurde.

Vor dem Ersten Weltkrieg gab es sowohl in den abstinenten Verbindungen als auch im *Schweizer Wandervogel* ernsthafte Versuche, die Wandertouren und Ferienlager mit lebensreformerischen Praktiken wie Körperkultur, Vegetarismus und Naturheilkunde zu verknüpfen. Ausgangspunkt dieser Intervention war der „Erste Freideutsche Jugendtag“ vom 11. und 12. Oktober 1913 auf dem Hohen Meißner bei Kassel. Dort riefen Hermann Popert und Hans Paasche die Jugendlichen dazu auf, sich lebensreformerischen Zielen zu verschreiben

und sich ihrem *Deutschen Vortrupp-Bund* anzuschliessen. Im *Schweizer Wandervogel* versuchten die Vorstandsmitglieder Carl Mäder und Hans Berlepsch-Valendàs diesen Ansatz zu verbreiten, mussten ihr Anliegen jedoch mit dem Ausbruch des Weltkrieges aufgeben. Ähnlich erging es der *Helvetia*, die sogar mit dem Schweizer Ableger des *Deutschen Vortrupp-Bundes* zusammenarbeitete, um lebensreformerische Praktiken zur Gesundheitsoptimierung in der Jugendbewegung zu verankern. Auch dieses Vorhaben scheiterte daran, dass zahlreiche Mitglieder zum Militärdienst eingezogen wurden und einige abstinente Studierende aus Deutschland sogar ihr Leben auf den Schlachtfeldern des Weltkrieges verloren.

Gleichzeitig wie in der Jugendbewegung begannen sich lebensreformerische Praktiken auch in der sogenannten Reformpädagogik zu verbreiten. Vor allem die Landerziehungsheime, die eine „ganzheitliche“, den Körper und Intellekt fördernde Erziehung anstrebten, folgten dem lebensreformerischen Ruf nach mehr Licht, Luft und Sonne. Ausserhalb der Städte sollten die Kinder bei vegetarischer Ernährung, mit Wanderungen, Sportaktivitäten und nackten Gymnastikübungen eine gesundheitsfördernde Ausbildung erhalten. Mit dem *Schloss Glarisegg* am Bodensee eröffnete 1902 in der Schweiz ein erstes Landerziehungsheim, das diesen Grundsätzen folgte. Weil die beiden Initiatoren Werner Zuberbühler (1872–1942) und Wilhelm Frei (1872–1904) nicht nur in der Jugendbewegung aktiv waren, sondern sich auch in der Abstinenzbewegung engagierten, beinhaltete das Schulprogramm jugendbewegte Wanderungen und Ferienlager sowie eine strikte Alkoholabstinenz und ernährungsreformerische Ansätze. Bis in die 1930er Jahre nahmen zahlreiche weitere Landerziehungsheime in der ganzen Schweiz den Schulbetrieb auf. So auch in der Westschweiz, wo vor allem der Reformpädagoge Adolphe Ferrière die Entwicklung der *Ecole nouvelle* prägte.

Im beginnenden 20. Jahrhundert gelangten die reformpädagogisch-lebensreformerischen Ansätze der Landerziehungsheime auch in die Lehrerbildung in der Schweiz. Während in der Romandie das *Institut Jean-Jacques Rousseau* in Genf diese neuartigen Erziehungsmethoden erprobte, entwickelte sich in der Deutschschweiz das Berner Lehrerseminar in Hofwil zu einem regelrechten Experimentierraum für Reformpädagogik und viele weitere Reformbestrebungen. So förderte der junge Direktor Ernst Schneider zwischen 1905 und 1916 unter anderem psychoanalytische Erziehungsmethoden, setzte sich für den religiösen Sozialismus und den Heimatschutz ein, unterstützte die Aktivitäten der Jugendbewegung und propagierte nicht zuletzt lebensreformerische Praktiken wie Alkohol- und Tabakabstinenz, Ernährungsreform und Körperkultur. Um diese Ansätze in der ganzen Schweiz zu verbreiten, gab er ab 1906 die

Berner Seminarblätter heraus und gründete 1910 die *Schweizerische Pädagogische Gesellschaft*, die fortan Weiterbildungskurse, Vorträge und Ferienwochen für Lehrer und Lehrerinnen organisierte. Nicht zuletzt sorgte das *Pestalozzi-Fellenberg-Haus* mit seinem Verlag ab 1918 dafür, dass möglichst viele Bücher über Reformpädagogik, Psychoanalyse, Sexualaufklärung und Lebensreform in der Schweiz erscheinen konnten.

Die voranschreitende Vermischung verschiedener Reformbestrebungen, die im Berner Lehrerseminar ihren Anfang nahm, markierte den Beginn der dritten Phase der Geschichte der Lebensreform in der Schweiz. Gab es zuvor deutlich voneinander getrennte Bewegungen wie die Naturheil-, Vegetarier-, Abstinenz- und Jugendbewegung, die zwar gewisse Kontakte pflegten, jedoch eigenständige Organisationsstrukturen nutzten, flossen die verschiedenen Bestrebungen im Rahmen der Reformpädagogik zunehmend ineinander. Die Lebensreform sollte nun möglichst alle Bereiche des alltäglichen Lebens umfassen und nicht mehr nur die Ernährung, Körperpflege oder medizinische Behandlungen. Ein typisches Beispiel für diese umfassende Lebensreform, die sich insbesondere in der Zwischenkriegszeit des 20. Jahrhunderts in der Schweiz ausbreitete, war Werner Zimmermanns Erziehungs- und Selbstverwirklichungsratgeber *Lichtwärts*. Der junge Reformpädagoge hatte zwischen 1909 und 1913 das Berner Lehrerseminar besucht, wo er mit zahlreichen Reformbestrebungen in Kontakt kam. In seinem 1922 erstmals erschienenen Hauptwerk propagierte er naturheilkundliche Anwendungen wie das Licht- und Luftbaden, Körperpflege und Gymnastikübungen ebenso wie die Alkohol- und Tabakabstinenz und die vegetarische Ernährung, kombinierte diese mit jugendbewegten Aktivitäten und Ausdrucksformen, psychoanalytischen Selbsttechniken, Sexualaufklärung und Reformpädagogik und erweiterte diese Bestrebungen mit neuereigentlichen Sinndeutungsangeboten.

Zimmermann präsentierte sein Lebensreformprogramm nicht nur auf Vortragsreisen durch den gesamten deutschsprachigen Raum, er gab auch zahlreiche weitere Bücher über Vegetarismus, Biolandbau, Sexualerziehung, Gymnastik, Yoga, Freikörperkultur und viele weitere lebensreformerische Praktiken heraus. Zudem veröffentlichte er zwischen 1924 und 1937 die Zeitschrift *TAO*, mit deren Hilfe er eine neue, lebensreformerische Jugendbewegung aufbaute, welche die Wanderungen, Bergtouren, Volkstänze und Ferienlager des Wandervogels weiterführte und diese mit lebensreformerischen Praktiken erweiterte. Weil die *TAO*-Zeitschrift auch in Deutschland und Österreich und selbst von Auswanderern und Auswanderinnen in den Vereinigten Staaten, Mexiko oder Brasilien gelesen, kommentiert und mitgestaltet wurde, nahm diese lebensstilorientierte Bewegung eine dezidiert transnationale Dimension

an. Als *Entrepreneur* hielt Zimmermann die weit zerstreuten, kaum organisierten Mitglieder zusammen und vernetzte die Bewegung mit anderen lebensreformerischen Akteuren wie dem Naturheilarzt Max Bircher-Benner, der Biobäuerin Mina Hofstetter oder dem *Schweizerischen Verein zur Hebung der Volksgesundheit*.

In der Schweiz versammelten sich Zimmermanns Anhänger und Anhängerinnen ab 1927 im *Schweizerischen Lichtbund*, der sich mit seiner Zeitschrift *die neue zeit* und dem 1937 in Thielle am Neuenburgersee eröffneten FKK-Gelände zur wichtigsten lebensreformerischen Organisation der Schweiz entwickelte. Wer sich besonders stark mit der Bewegung identifizierte, konnte zudem in der *Gartenbausiedlung Schatzacker* in Bassersdorf ein Haus erwerben und mit gleichgesinnten Lebensreformerinnen und Lebensreformern zusammenleben. Nach dem Vorbild der sogenannten Gartenstadt sollte die Siedlung die städtische Erwerbsarbeit mit dem Landleben verbinden. Während die Lebensreformer und Lebensreformerinnen die Stadt als wirtschaftliches und kulturelles Zentrum nutzten, zogen sie sich in ihrer Freizeit in ihr Haus im Grünen zurück. Dort konnten sie in Ruhe im Garten arbeiten, Sport treiben und ihre Kinder erziehen. Spätestens in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts entwickelte sich das lebensreformerisch inspirierte Reihenhaus mit grossem Garten am Stadtrand zum Wohnideal einer privilegierten, bürgerlich-liberalen Gesellschaftsschicht.

In dieser dritten Phase der Geschichte der Lebensreform in der Schweiz wurden die verschiedenen Reformbestrebungen nicht nur zunehmend miteinander verknüpft und zu umfassenden Lebensreformprogrammen verdichtet, vielmehr kam mit der Freiwirtschaft auch eine wirtschaftspolitische Erweiterung der Lebensreform ins Spiel. Hatte sich die Lebensreform bis dahin durch den selbstreformerischen Ansatz ausgezeichnet, versuchten Lebensreformer und Lebensreformerinnen nun auch die wirtschaftlichen, sozialen und politischen Verhältnisse hinter dem Einzelmenschen zu verändern. Die vom deutsch-argentinischen Ökonomen Silvio Gesell konzipierte Wirtschafts- und Gesellschaftsordnung sollte durch ein sogenanntes Schwundgeld mit festem Negativzins und die Vergemeinschaftung des Bodenbesitzes kapitalistische Spekulationsgewinne verhindern, aber im Unterschied zu marxistischen Ansätzen die liberale Marktwirtschaft beibehalten und den freien Wettbewerb sogar fördern. In dieser sozialdarwinistisch konzipierten Konkurrenzgesellschaft sollte der Einzelne möglichst weitgehende Entfaltungsmöglichkeiten erhalten und dabei auf soziale Absicherung wie eine solidarische Krankenversicherung verzichten. Lebensreformerinnen und Lebensreformer sahen darin

eine ideale Möglichkeit, um sich durch lebensreformerische Praktiken möglichst ungehindert entfalten zu können.

So waren es dann auch lebensreformerische Akteure wie Ernst Schneider, Theophil Christen, Werner Zimmermann und Fritz Schwarz, die die Entwicklung der Freiwirtschaftsbewegung in der Schweiz massgeblich prägten. Sie gründeten 1915 wiederum im Umfeld des Berner Lehrerseminars den *Schweizer Freiland-Freigeld-Bund* und popularisierten die Freiwirtschaft zusammen mit der Reformpädagogik, Psychoanalyse und Lebensreform in der *Schweizerischen Pädagogischen Gesellschaft* und mithilfe des *Pestalozzi-Fellenberg-Hauses*. Im Unterschied zum selbstreformerischen Ansatz der Lebensreform profilierte sich die Freiwirtschaftsbewegung in der Zwischenkriegszeit als politische Partei, die sich an demokratischen Wahlen beteiligte. Ihre grössten Erfolge erzielte sie Anfang der 1930er Jahre im Zuge der Weltwirtschaftskrise. So zog 1934 Fritz Schwarz auf einer freiwirtschaftlichen Liste in den Berner Kantonsrat und später auch in den Stadtrat von Bern ein und Hans Konrad Sonderegger sicherte sich einen Ständeratssitz bei der ausserordentlichen Ersatzwahl im Kanton Appenzell Ausserrhoden.

In der Krisenzeit der frühen 1930er Jahre zeigte die Freiwirtschaftsbewegung Sympathien mit der sogenannten Frontenbewegung, die zur gleichen Zeit mit antikommunistischen, nationalistischen und rassistischen Forderungen in der Schweiz stark an Zuspruch gewinnen konnte. Einige Exponenten wie Schwarz und Zimmermann versuchten ihre lebensreformerisch-freiwirtschaftlichen Vorstellungen auch im faschistischen Italien und nationalsozialistischen Deutschland zu verbreiten und mit diesen diktatorischen Regimen zu kollaborieren. Selbst als sein Verleger 1937 im Konzentrationslager Dachau interniert wurde, präsentierte sich Zimmermann in Briefen an deutsche Behörden als loyaler Unterstützer der Nationalsozialisten. Erst mit dem Ausbruch des Zweiten Weltkrieges brach der Lebensreformer seine Kontakte zu NS-Deutschland ab und stimmte in die „Geistige Landesverteidigung“ in der Schweiz ein.

In den 1930er und 1940er Jahren gelangte die Lebensreform nicht nur durch die Freiwirtschaftsbewegung in die Politik, sondern auch mit Gottlieb Duttweilers *Landesring der Unabhängigen*. So übte Max Bircher-Benners Sohn Franklin Bircher einen starken Einfluss auf die sogenannte *Migros*-Partei aus. Er wurde 1935 in den Nationalrat gewählt, wo er unter anderem mit einer Eingabe an den Bundesrat die Stärkung der Gesundheitsprävention durch ernährungsreformerische und naturheilkundliche Praktiken forderte und die Schaffung einer eidgenössischen Ernährungscommission anregte. Untypisch für eine lebensstilorientierte Bewegung agierten lebensreformerische Akteure damit nicht nur als Individuen, die ihre alltäglichen Verhaltens- und Konsumweisen verändern

wollten, sondern auch mit kollektiven Handlungsstrategien, um die sozialen und wirtschaftlichen Strukturen der Gesellschaft umzugestalten.

Vegan essen, Achtsamkeit üben und im *Tiny House* wohnen: Lebensreform im 21. Jahrhundert?

Aus den vereinzelt Naturheilmännern und kleinen, kurzlebigen Gruppen des ausgehenden 19. Jahrhunderts entwickelte sich bis in die Zwischenkriegszeit des 20. Jahrhunderts eine mitgliederstarke, lebensstilorientierte Bewegung, die mit Vereinen, Verlagen, Zeitschriften, Treffpunkten, Freizeitaktivitäten und Konsumangeboten die praktische Durchführung eines natur- und gesundheitsorientierten Lebensstils ermöglichte. Mit zunehmender Grösse und Vernetzung konnten Lebensreformer und Lebensreformerinnen verschiedene Gesundheits- und Körperdiskurse immer stärker beeinflussen und ihre Ernährungsregeln, Körperpflegetipps, medizinischen Behandlungen, gesunden Freizeitbeschäftigungen und Wohnformen in der Schweiz verbreiten. Obwohl der Zweite Weltkrieg die Aktivitäten dieser dezidiert transnationalen Bewegung stark einschränkte und wichtige Kontakte mit Akteuren in anderen Ländern unterbrochen wurden, konnte sich die Lebensreformbewegung in der Schweiz nach 1945 schnell wieder erholen und nahtlos an die Strukturen der Zwischenkriegszeit anknüpfen. Wie Eva Locher in ihrer Dissertation zeigt, vernetzten sich die lebensreformerischen Akteure in der Schweiz in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts noch stärker miteinander und bildeten ein abgrenzbares Milieu. Zugleich adaptierten neue soziale Bewegungen wie die Umwelt- und die Alternativbewegungen die lebensreformerischen Deutungsmuster und Praktiken.

Im 21. Jahrhundert ist der Lebensreformbegriff weitgehend verschwunden, der damit verbundene Lebensstil jedoch weiter verbreitet als je zuvor. Für viele Menschen gehören Müeslis, Vollkornprodukte und Fruchtsäfte zu einer gesunden Ernährung, vegetarische und vegane Restaurants breiten sich immer schneller aus und der Markt für Bioprodukte ist so stark angewachsen, dass sich selbst Discounter mit eigenen Produktlinien profilieren. Ebenso sind Reformkleider und Sandalen zu modischen Trendprodukten geworden und immer mehr Kosmetikprodukte werben mit natürlichen Inhaltsstoffen. Nicht weniger verbreitet sind Naturheilanwendungen, die heute vor allem als Alternativ- oder Komplementärmedizin bekannt sind, und unter der Bezeichnung Wellness hat sich ein Gesundheitstourismus etabliert, der die Wasser-, Sonnen- und Diätikuren der Naturheilanstalten weiterführt. Längst versuchen auch staatliche Stellen, die Bevölkerung mit Aufklärungskampagnen und

Regulierungsmassnahmen vom Rauchen und übermässigem Alkoholkonsum abzubringen, sie zu mehr Bewegung zu animieren und von einer gesünderen Ernährungsweise zu überzeugen. Zugleich erscheinen ständig neue Ratgeber, die mit Atemübungen, Psychotechniken oder spirituellen Sinndeutungsangeboten die Menschen zur Selbstverwirklichung anleiten. Über *Social Media* erhalten diese Selbstoptimierungsprogramme eine nie gekannte Breitenwirkung: Auf *YouTube* teilen vegane Influencer Ernährungstipps mit einer wachsenden Anhängerschaft und Fitnessmodels präsentieren ihre durchtrainierten Körper auf *Instagram*. Nicht zuletzt wandern auf den Spuren der Wandervögel jedes Jahr hunderttausende Menschen durch die Schweizer Alpen, in städtischen Bädern legen sie sich leicht bekleidet in die Sonne und in Schrebergärten bauen sie wie vor über hundert Jahren eigenes Gemüse an.

Wie in der Zeit um 1900 befindet sich die Schweiz auch im frühen 21. Jahrhundert wieder in einem rasanten technologischen, wirtschaftlichen und sozialen Wandel, der viele Chancen und Risiken bietet. Heute nutzen immer mehr Menschen lebensreformerische Praktiken, um die Zumutungen der sich beschleunigenden Individualisierung, Globalisierung und Digitalisierung zu bewältigen. Ein Blick in die Geschichte der Lebensreform in der Schweiz kann dabei helfen, sowohl die Stärken als auch die Schattenseiten dieser Praktiken zu erkennen. So können lebensreformerische Ernährungsregeln, Körperübungen oder Naturheilanwendungen den Menschen dabei helfen, sich in einer zunehmend komplexen, unübersichtlichen Welt zu orientieren und besser mit Stress und Gesundheitsbelastungen in dieser konkurrenzorientierten Gesellschaft umzugehen. Darüber hinaus kann beispielsweise eine vegetarische Ernährungsweise möglicherweise sogar dabei helfen, globale Umweltbedrohungen wie den Klimawandel zu bekämpfen. Der selbstreformerische Ansatz birgt jedoch immer die Gefahr, die eigene, privilegierte Stellung in dieser Gesellschaft auszublenden und dadurch die sozialen, wirtschaftlichen und politischen Strukturen aus den Augen zu verlieren, die das Leben anderer Menschen viel stärker einschränken als das Eigene. Der Fokus auf das eigene Selbst darf keine entsolidarisierte Gesellschaft zur Folge haben, in der sich die Individuen beständig selbst optimieren, sich mit Gleichgesinnten vergemeinschaften und Menschen mit einer anderen, vermeintlich ungesunden und unproduktiven Lebensweise abwerten und ausschliessen. So kann die Lebensreform auch im 21. Jahrhundert einen Beitrag dazu leisten, das Leben der Menschen zu verbessern, ohne dabei den gesellschaftlichen Zusammenhalt infrage zu stellen.

8. Bibliografie

Ungedruckte Quellen

Archivbestände

Deutsches Bundesarchiv Berlin-Lichterfelde (BArch)

R/56/V 958

Korrespondenz Werner Zimmermann

Privatarchiv O.N.S., Thielle

Mitgliederkarteikarten 1932/33

Schweizerisches Bundesarchiv (BAR)

E87#1000/1166#353*

Subventionsgesuch des Schweizerischen Verbands der Naturheilvereine

E3300B#1000/763#12*

Motion Bircher: Abteilung für Krankheitsvorbeugung und Therapie

E3300B#1000/763#7*

Motion Bircher: Ernährungskommission

Schweizerisches Sozialarchiv (Sozarch)

Ar 12.3.4

Fortschritt Zürich, Statuten.

Ar 19.104.15

Wandervogel. Schweizerischer Bund für alkoholfreie Jugendwanderungen, Intrepida Basel

Ar 162.15.1

Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Korrespondenz 1907–1989

Ar 162.10.2

Privatarchiv Fritz und Elly Schwarz, Dossiers zu beruflichen und politischen Tätigkeiten

Schweizerisches Wirtschaftsarchiv (SWA)

H + I E 103

Kuranstalt Steinegg/Thurgau (Kurhaus), Dokumentensammlung

Bv Ba 372

Bund Schweizer Reformhäuser, Dokumentensammlung (1932–1940)

H + I H 345

Siga: Siedlungs- und Gartenbau-Genossenschaft-Bassersdorf, Dokumentensammlung

Staatsarchiv Bern (StABE)

V SVst 91

Fotoalbum „Libertas“

Zentralbibliothek Zürich (ZBZ)

LK 1061

Naturheilanstalt Erlenbach, Dokumentensammlung

Gedruckte Quellen**Zeitschriften**

Alpina, Mitteilungen des Schweizer Alpen-Club, Jg. 20, 1912.

Berner Seminarblätter; Die Schulreform, Jg. 1–17, 1907–1923.

Correspondenzblatt für studierende Schweizer Abstinente, Offizielles Organ des Centralverbandes der schweiz. akademischen Abstinenzvereine und der „Helvetia“, Abstinente Verbindung an den schweiz. Mittelschulen, Jg. 1–19, 1897–1914.

Der Anker, Organ für die Leiter des deutsch-schweizerischen Hoffnungsbundes, Jg. 5, 1912.

Der Naturarzt, Zeitschrift für volksthümliche Gesundheitspflege und Heilweise, Jg. 10, 1870.

Der Ring, Monatshefte für Jugendbewegung und Politik, Jg. 1–2, 1925–1926.

Der Wandervogel, Zeitschrift des Bundes für Jugendwanderungen, „Alt-Wandervogel“, Jg. 2, 1907.

Der Wendepunkt im Leben und im Leiden, Jg. 1–11, 1923–1934.

die neue zeit, Orientierende Hefte über neuzeitliche Bestrebungen, Jg. 1–17, 1929–1945.

Volksgesundheit, Zeitschrift für naturgemäße Lebens- und Heilweise, Jg. 1–39, 1908–1946.

Freiwirtschaftliche Zeitung, Organ des Freiwirtschaftsbund, Jg. 9–13, 1931–1935.

Junge Schweiz, Zwanglos erscheinende Zeitschrift, Jg. 1, 1899.

Letzte Politik, Jg. 5, 1926.

Licht-Land, Blätter für Freikörperkultur und Lebenserneuerung, Jg. 1–4, 1924–1927.

Mitteilungen des Deutschen Vortrupp-Bundes, Jg. 1, 1913.

Reformhaus-Nachrichten; Reform-Nachrichten-Blatt, Jg. 1–5, 1932–1936.

Schweizer Reformnachrichten, Jg. 1, 1936.

Schweizerische Lehrerinnenzeitung, Jg. 28–36, 1924–1932.

Tao, Monatsblätter für Verinnerlichung und Selbstgestaltung; Tau, 1–13, 1924–1936.

Vereins-Blatt für Freunde der natürlichen Lebensweise (Vegetarianer); Vegetarische Rundschau; Vegetarische Warte, Jg. 1–42, 1870–1909.

Wandervogel, Illustrierte Monatschrift, Jg. 1, 1904.

Wandervogel, Offizielles Organ des „Wandervogel“, Schweiz. Bundes für Jugendwanderungen, Jg. 1–6, 1909–1914.

Zeitungen

Chronik der Stadt Zürich, 1899–1913.

Die Ostschweiz, 1875.

Die Südschweiz, 1926

Gazette de Lausanne, 1880.

Grütlianner, 1879.

Intelligenzblatt für die Stadt Bern, 1868.

Journal de Genève, 1879–1883.

National-Zeitung, 1932.

Neue Zürcher Zeitung, 1872–1932.

Zuger Nachrichten, 1896.

Zuger Volksblatt, 1868.

Zürcherische Freitagszeitung, 1870–1901.

Schriften und Broschüren

Abernethy John, The Abernethian Code of Health & Longevity, or, Every One's Health in His Own Keeping, New York 1831.

Alcott William Andrus, Vegetable Diet. As Sanctioned by Medical Men, and by Experience in All Ages, Boston 1838.

Baltzer Eduard, Briefe an Virchow ueber dessen Schrift „Nahrungs- und Genussmittel“, Nordhausen 1868.

Baltzer Eduard, Die natürliche Lebensweise. Zweiter Teil, Die Reform der Volkswirtschaft, Leipzig ³1882.

Bernhard Hans, Die Förderung der Innenkolonisation durch den Bund. Grundlagen zu einem eidgenössischen Siedlungsgesetz, Zürich 1920.

Bircher-Benner Max, Ordnungsgesetze des Lebens als Wegweiser zur echten Gesundheit, Zürich 1938.

- Bircher-Benner Max, Vom Werden des neuen Arztes. Erkenntnisse und Bekenntnisse, Dresden 1938.
- Bleuler-Waser Hedwig/Christen Theophil/Stump Jakob, Sieh dich vor! Ein Mahnruf an die ins Leben tretende Jugend, Zürich 1914.
- Borel Henri, Wu-Wei. Eine Auslegung der Lehre Laotses, Solothurn 1924.
- Breuer Hans (Hg.), Der Zupfgeigenhansl, o.O. ³1910.
- Breuer Josef/Freud Sigmund, Studien über Hysterie, Leipzig 1895.
- Brupbacher Fritz, 60 Jahre Ketzer. Selbstbiographie: „Ich log so wenig als möglich“, Zürich 1981.
- Bund für abstinente Jugendwanderungen (Hg.), Der fahrende Geselle. Ein Ratgeber für Wanderfahrten und Führerbüchlein des Wandervogel. Schweizer. Bund für abstinente Jugendwanderungen, St. Gallen 1912.
- Christen Theophil, Die grossen Seuchen unserer Zeit. Akademischer Vortrag gehalten in Bern, Basel 1913.
- Christen Theophil, Die menschliche Fortpflanzung. Ihre Gesundheit und ihre Veredelung, Bern 1917.
- Christen Theophil, Unsere grossen Ernährungstorheiten. Eine gemeinfassliche Darlegung der modernen Forschungsergebnisse über Ernährungs- und Diätfragen, Dresden 1912.
- Danzeisen-Grauer Fritz, Wegleitung für die Kurgäste der Kuranstalt Sennrüti, Degersheim 1942.
- Denis Jules, Le tabac. Son histoire, sa production et sa consommation, son rôle au point de vue économique, son influence sur la santé physique, intellectuelle et morale de l'enfant et de l'adulte. Moyens de combattre le tabagisme. Action des particuliers et action de l'État, Genf/Paris 1902.
- Deutsch-schweizerische Hoffnungsbund-Kommission (Hg.), Der kleine Abstinente. Leitfaden für den antialkoholischen Unterricht im Hoffnungsbund des Blauen Kreuzes, Bern 1910.
- Dock Friedrich Wilhelm, De la physiatric ou Des agents thérapeutiques naturels. Conférence lue le 4 mai 1876 dans une séance publique de la Société d'hygiène de Lausanne, Lausanne 1876.
- Dock Friedrich Wilhelm, Ueber die sittliche und gesundheitliche Bedeutung des Vegetarianismus (naturgemässe Lebensweise). Vortrag, gehalten am Vegetarianer-Vereinstag in Leipzig den 5. September 1877, Zürich 1882.
- Dock Friedrich Wilhelm, Ueber naturgemässe Heil- und Lebensweise. Vortrag, gehalten an der Generalversammlung des „Vereins für volksthümliche Heilkunde“ in Zofingen den 7. Juni 1874, Zürich 1874.
- Eidgenössisches statistisches Amt, Schweizerische Hochschulstatistik 1890–1935, Bern 1935.

- Fankhauser Eduard, Kampf und Sieg der FKK. 60 Jahre Wirken für die Volksgesundheit, Zielbrücke-Thielle 1984.
- Fankhauser Eduard, Nacktheit vor Gericht, Bern/Lauf bei Nürnberg 1930.
- Fankhauser Eduard, Werner Zimmermann. Kleine Biographie, niedergeschrieben kurz vor seinem 50. Geburtstag, Zielbrücke-Thielle 1943.
- Fellenberg Friedrich, Die Kolonie Heimgarten. Entstehungsgeschichte, Werden und Gründe für den Verfall, Berlin 1908.
- Ferrière Adolphe, Das Landerziehungsheim und die wissenschaftliche Zentralstelle für Landerziehungsheime, Berlin 1920.
- Forel Auguste, Alkohol und Geistesstörungen, Basel 1891.
- Forel Auguste, Alkohol, Vererbung und Sexualleben. Vortrag, gehalten auf dem X. internationalen Kongress gegen den Alkoholismus, Berlin 1905.
- Forel Auguste, Der Guttempler-Orden. Ein sozialer Reformator, Zürich 1890.
- Forel Auguste, Jugend, Evolution, Kultur. Der neutrale Guttemplerorden, München 1908.
- Forel Auguste, Rückblick auf mein Leben, überarbeitete Ausgabe, Zürich 2010.
- Forward Charles, Fifty Years of Food Reform. A History of the Vegetarian Movement in England, London 1898.
- Frei Wilhelm/Zuberbühler Werner, Schulprogramm des Schweizerischen Landerziehungsheims Schloss Glarisegg bei Steckborn am Bodensee, Zürich 1902.
- Freud Sigmund, Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie, Leipzig 1905.
- Freunde schweizerischer Volksbildungsheime (Hg.), Vom Herzberg und andern Volksbildungsheimen, Zürich 1938.
- Gesell Silvio, Die natürliche Wirtschaftsordnung durch Freiland und Freigeld, Hochheim 1931.
- Hagmann Johann Georg, Kuranstalt Sennrüti Degersheim, Meiringen 1929.
- Hahn Theodor, Die naturgemäße Diät. Die Diät der Zukunft, Cöthen 1859.
- Hahn Theodor, Die Ritter vom Fleische. Offene Briefe über die Ernährungsfrage, Berlin 1869.
- Hahn Theodor, Practisches Handbuch der naturgemäßen Heilkunde. Ohne Arzt und Arznei, ohne Prießnitz und Schroth, Zürich 1866.
- Hahn Theodor, Ueber die Menschenpocken, über die Impfung und über den Impfwang, Freiburg 1870.
- Haslebacher Gottlieb, Jubiläumsbericht zum 100-jährigen Bestehen der Volksgesundheit Bern und Umgebung, Verein für Volksgesundheit, Bern 1993.

- Häusle Paul, schweiz. führer für reformer und vegetarier. verzeichnis der reform-literatur, veget. restaurants, kur- und speisehäuser, pensionen, der reform-häuser, reform-ärzte und biolog. landbau, Zürich 1932.
- Hiltl Heinz (Hg.), Festschrift Ambrosius Hiltl. Zum 90. Geburtstag von Ambrosius Hiltl und zum 70. Geschäftsjubiläum des Vegi, Zürich 1967.
- Hofmann Ida, Monte Verità. Wahrheit ohne Dichtung, Lorch 1906.
- Hofstetter-Lehner Mina, Biologischer Landbau, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1933.
- Jeanneret Samuel, Schweizer Pfadfinder. Ueberblick über die Organisation und Anleitung zur Gründung und Ausbildung von Pfadfinder-Abteilungen, Lausanne 1913.
- Junge Schweiz (Hg.), Der Schweizerische Akademische Abstinentenverein Libertas. Geschichte der ersten Libertas, 1893–1922, Vorkämpferin der Abstinenz, Winterthur 1957.
- Kracke Arthur (Hg.), Freideutsche Jugend. Zur Jahrhundertfeier auf dem Hohen Meißner, Jena 1913.
- Landesring der Unabhängigen, Handbüchlein für den Landesring, Zürich 1937.
- Landesring der Unabhängigen, Warum Landesring? Grundsätze, Satzungen, Landesvorstand, Geschäftsstelle, Beitritts-Erklärungen, Zürich 1937.
- Liberalsozialistische Partei der Schweiz, Das Programm der Freiheit, Bern 1947.
- Lutz Ernst, Der Hoffnungsbund im Wandel der Zeit, Bern 1942.
- Marx Karl/Engels Friedrich, Manifest der Kommunistischen Partei, Berlin ³⁵1970.
- Matter Karl, Freie Jugend. Vom schweizerischen Wandervogel und seinen Zielen, Aarau 1914.
- Meyer-Ahrens Conrad, Die Heilquellen und Kurorte der Schweiz. In historischer, topographischer, chemischer und therapeutischer Beziehung geschildert, Bd. 1, Zürich 1860.
- Moeschlin Felix, Weltkolonisation! Auswanderung! Ein Beitrag zum eid. Arbeitsbeschaffungsprogramm, Basel 1934.
- Moeschlin Felix, Wie ich meinen Weg fand, Basel 1953.
- O. A., 50 Jahre Naturheil-Verein Zürich, Zürich 1941.
- O. A., Für einen Weltbund der Jugend, Frankfurt a. M. 1928.
- O. A., Hyspa. I. Schweizerische Ausstellung für Gesundheitspflege und Sport, Bern 1931.
- O. A., Verzeichnis der vegetarischen Speisehäuser, Erholungsheime, Sanatorien und Reformhäuser, Hamburg 1927.

- Rausse J. H., Wasser thut's freilich. Miscellen zur Gräfenberger Wasserkur, Zeitz 1840.
- Rikli Arnold, Die Grundlehren der Naturheilkunde, Leipzig 1895.
- Rikli Arnold, Die Thermodiätetik. Oder das tägliche thermoelectrische Licht- und Luftbad, Wien 1869.
- Rochat Louis-Lucien, La lutte contre l'alcoolisme en suisse, Bruxelles 1895.
- Rollier Auguste, Die Heliotherapie der Tuberkulose. Mit besonderer Berücksichtigung ihrer chirurgischen Formen, Berlin/Heidelberg 1913.
- Schmid Werner, Neoliberalismus und Freiwirtschaft, Zürich 1958.
- Schneider Ernst, Aus meinen Lern- und Lehrjahren, Bern 1956.
- Schwarz Fritz, Wenn ich an meine Jugend denke, Bern 1959.
- Schweizerische Vereinigung für Innenkolonisation und Industrielle Landwirtschaft, 25 Jahre Schweizerische Vereinigung für Innenkolonisation und industrielle Landwirtschaft, Zürich 1944.
- Schweizerischer Centralverein für Naturheilkunde, Controverse über die Impfrage, Zürich 1870.
- Schweizerischer Centralverein für Naturheilkunde, Erstes Jahresheft des Schweizerischen Centralvereins für Naturheilkunde, Baden 1869.
- Stöcklin Carl, 50 Jahre Arbeit im Dienste der Volksgesundheit. Festschrift zum 50jährigen Bestehen des Vereins zur Hebung der Volksgesundheit Basel, Basel 1949.
- Teulon P. N., Psycho-sexuelle Heilbehandlung, Lauf bei Nürnberg 1930.
- Tobler Max, „Die Welt riss mich“. Aus der Jugend eines freisinnigen Rebellen (1876–1929), Zürich 2015.
- Trüb Hans (Hg.), Fahrtenlieder der Schweizer Wandervögel, Aarau 1912.
- Ungewitter Richard, Die Nacktheit. In entwicklungsgeschichtlicher, gesundheitlicher, moralischer und künstlerischer Beleuchtung, Stuttgart 1907.
- Von Bunge Gustav, Die Alkoholfrage, Basel 1887.
- Von Bunge Gustav, Die Quellen der Degeneration. Ein Vortrag gehalten am 18. Februar 1910 im Arbeiterbund zu Basel, Basel 1918.
- Von Bunge Gustav, Die Tabak-Vergiftung, Basel ⁴1917.
- Von Bunge Gustav, Was sollen wir trinken? Basel 1902.
- Waldner August, Officieller Führer durch die Schweizerische Landesausstellung. Mit Notizen über die Schweiz, Zürich und Umgebung, Zürich 1883.
- Wartenweiler Fritz, Ein Neunziger sucht, Zürich 1979.
- Wartenweiler Fritz, Erwachsenenbildung gestern – heute – morgen. Ausgewählte Schriften, Zürich 1949.

- Wyneken Gustav, Schule und Jugendkultur, Jena 1913.
- Zimmermann Werner, Der Ring des Nibelungen. Rettende Quellen der Einsicht und der Kraft zu Deutschlands Aufstieg, Lauf bei Nürnberg 1933.
- Zimmermann Werner, Ethik der Ehe. Karezza, Jena/Bern 1924.
- Zimmermann Werner, Karezza-Praxis. Liebe als Austausch magnetischer Kräfte, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1930.
- Zimmermann Werner, Kräfte des Atems, Buckow 1939.
- Zimmermann Werner, Krishnamurti, Zielbrücke 1937.
- Zimmermann Werner, Lichtwärts. Ein Buch erlösender Erziehung, Erfurt³1922.
- Zimmermann Werner, Sozialismus in Freiheit, Lauf b. Nürnberg/Bern/Leipzig 1933.
- Zimmermann Werner, Tropenheimat. Panama – Mexiko, Lauf bei Nürnberg/Bern/Leipzig 1930.
- Zimmermann Werner, Was ist Sozialismus? Bern 1919.
- Zimmermann Werner, Weltheimat, Lauf bei Nürnberg 1937.
- Zimmermann Werner, Wir schaffen freies Land, Bern/Leipzig 1937.

Sekundärliteratur

Artikel aus dem Historischen Lexikon der Schweiz

- Angelus Eisinger, Urbanisierung.
- Anne-Lise Head-König, Bevölkerung.
- Béatrice Veyrassat, Industrialisierung.
- Daniel Kurz, Schrebergärten.
- Erwin Marti, Carl Albert Loosli.
- Gerhard Heese, Heinrich Hanselmann.
- Hans-Ulrich Grunder, Karl Matter.
- Hans-Ulrich Grunder, Otto von Greyerz.
- Peter Moser, Viehwirtschaft (Aufstieg zum wichtigsten Zweig der Landwirtschaft).
- Peter Müller, Johannes Kläsi.
- Peter Stettler, Albert Gobat.
- Ursula Pellaton, Tanz.
- Walter Wolf, Frontenbewegung.

Monografien, Sammelbände und Artikel

- Achilles Manfred, Historische Versuche der Physik. Funktionsfähig nachgebaut, Berlin 1989.
- Adam Thomas, Heinrich Pudor – Lebensreformer, Antisemit und Verleger, in: Mark Lehmstedt/Andreas Herzog (Hg.), Das bewegte Buch. Buchwesen und soziale, nationale und kulturelle Bewegungen um 1900, Wiesbaden 1999, S. 183–196.
- Aegerter Martin, Ein Pionier „naturgemässer Lebens- und Heilweise“. Dr. med. Adolf Keller-Hoerschelmann (1. Dezember 1879 - 17. August 1969), Leben und Werk, Bern 1997.
- Ahrens Rüdiger, Bündische Jugend. Eine neue Geschichte 1918–1933, Göttingen 2015.
- Albrecht Jörg, Reformkost und Naturkost. Kontinuitäten und Brüche alternativer Ernährung zwischen Lebensreform und Alternativmilieu, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert, Göttingen 2019, S. 173–194.
- Amm Bettina, Die Ludendorff-Bewegung. Vom nationalistischen Kampfbund zur völkischen Weltanschauungssekte, Hamburg 2006.
- Andritzky Michael, Berlin – Urheimat der Nackten, in: Ders./Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Gießen 1989, S. 50–105.
- Andritzky Michael/Rautenberg Thomas (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989.
- Angel William D. (Hg.), The International Law of Youth Rights, Leiden 2015.
- Auderset Juri/Moser Peter, Rausch & Ordnung. Eine illustrierte Geschichte der Alkoholfrage, der schweizerischen Alkoholpolitik und der Eidgenössischen Alkoholverwaltung (1887–2015), Bern 2016.
- Aufmuth Ulrich, Die deutsche Wandervogelbewegung unter soziologischem Aspekt, Göttingen 1979.
- Averbeck Hubertus, Von der Kaltwasserkur bis zur physikalischen Therapie. Betrachtungen zu Personen und zur Zeit der wichtigsten Entwicklungen im 19. Jahrhundert, Bremen 2012.
- Baader Meike Sophia et al. (Hg.), Tabubruch und Entgrenzung. Kindheit und Sexualität nach 1968, Köln 2017.
- Baader Meike Sophia, Erziehung als Erlösung. Transformation des Religiösen in der Reformpädagogik, Weinheim 2005.

- Baader Meike Sophia/Herrmann Ulrich (Hg.), 68 - engagierte Jugend und kritische Pädagogik. Impulse und Folgen eines kulturellen Umbruchs in der Geschichte der Bundesrepublik, Weinheim 2011.
- Bach Reinhard, Rousseau und die Physiokraten. Politische Ideengeschichte im begrifflichen Wandel zwischen Aufklärung und Revolution, Wien/Köln/Weimar 2018.
- Bachmann-Geiser Brigitte, Hundert Jahre Röseligarte, in: GVS/CH-EM-Bulletin, Gesellschaft für die Volksmusik in der Schweiz, 7 (2008), S. 45–47.
- Baier Karl, Meditation und Moderne. Zur Genese eines Kernbereichs moderner Spiritualität in der Wechselwirkung zwischen Westeuropa, Nordamerika und Asien, Würzburg 2009.
- Bänziger Peter-Paul/Graf Simon, Körpergeschichte des 19. und 20. Jahrhunderts. Eine „materielle“ Geschichte der Industrie- und Konsumgesellschaften zwischen Wissensproduktion und Differenzdiskursen, in: *Traverse*, 19 (2012), S. 101–118.
- Barlösius Eva, Naturgemässe Lebensführung. Zur Geschichte der Lebensform um die Jahrhundertwende, Frankfurt/New York 1997.
- Barthe Francine, Géographie de la nudité. Être nu quelque part, Paris 2003.
- Barton Susan, Healthy Living in the Alps. The Origins of Winter Tourism in Switzerland, 1860–1914, Manchester 2008.
- Bartsch Günter, Die NWO-Bewegung Silvio Gesells. Geschichtlicher Grundriss 1891-1992/93, Lütjenburg 1994.
- Barz Heiner (Hg.), Handbuch Bildungsreform und Reformpädagogik, Wiesbaden 2018.
- Baubérot Arnaud, Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature, Rennes 2004.
- Bauer Ulrich, Die sozialen Kosten der Ökonomisierung von Gesundheit, in: *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 56/8-9 (2006), S. 17–24.
- Baumann Ernst et al., Wir bangen um das Ganze. Gedenkschrift Fritz Wartenweiler 1889–1989, Herzberg 1989.
- Baumann Fritz, Der Schweizer Wandervogel. Das Bild einer Jugendbewegung, Aarau 1966.
- Baumann Nathalie, „Sonnenlichtnahrung“ versus gutbürgerliche Fleischeslust. Die „richtige“ Ernährung im Spannungsfeld von Ernährungswissenschaft, Körpervermessung und Lebensreformbewegung im schweizerischen Raum zwischen 1890 und 1930, in: *Schweizerische Zeitschrift für Geschichte*, 58/3 (2008), S. 298–317.

- Baumgartner Judith, „Natur ist unsres Lebens Quelle“. Die Obstbausiedlung Eden Oranienburg bis 1918, in: Christiane Barz (Hg.), *Einfach. Natürlich. Leben. Lebensreform in Brandenburg 1890–1939*, Berlin 2015, S. 43–47.
- Baumgartner Judith, *Ernährungsreform – Antwort auf Industrialisierung und Ernährungswandel. Ernährungsreform als Teil der Lebensreformbewegung am Beispiel der Siedlung und des Unternehmens Eden seit 1893*, Frankfurt a. M./Bern 1992.
- Baumgartner Judith, *Ernährungsreform*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 115–126.
- Baumgartner Judith, *Vegetarismus*, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 127–139.
- Baur Simon, *Ausdruckstanz in der Schweiz. Anregungen, Einflüsse, Auswirkungen in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts*, Wilhelmshaven 2010.
- Becher Ursula A. J., *Geschichte des modernen Lebensstils. Essen, Wohnen, Freizeit, Reisen*, München 1990.
- Beck Ulrich, *Die Erfindung des Politischen. Zu einer Theorie reflexiver Modernisierung*, Frankfurt a. M. 1993.
- Beck Ulrich/Giddens Anthony/Lash Scott, *Reflexive Modernisierung. Eine Kontroverse*, a. M. 1996.
- Bergdolt Klaus, *Leib und Seele. Eine Kulturgeschichte des gesunden Lebens*, München 1999.
- Berger Myriam, „Vivat Helvetia, vivat Ovomaltine“. Vom Heilmittel zum Nationalgetränk. Ovomaltine-Werbung von 1904 bis 1940, Lizentiatsarbeit Universität Zürich 1998.
- Bernard Léo, *Hippocrate initié. Courants ésotériques et holisme médical en France durant l'entre deux guerres*, Dissertation Universität Paris 2021.
- Bias-Engels Sigrid, *Zwischen Wandervogel und Wissenschaft. Zur Geschichte von Jugendbewegung und Studentenschaft 1896–1920*, Köln 1988.
- Bierl Peter, *Schwundgeld, Freiwirtschaft und Rassenwahn. Kapitalismuskritik von rechts: Der Fall Silvio Gesell*, Hamburg 2012.
- Bigalke Bernadett, *Lebensreform und Esoterik um 1900. Die Leipziger alternativ-religiöse Szene am Beispiel der Internationalen Theosophischen Verbrüderung*, Würzburg 2016.
- Binder Markus, *Industrialisierung, Physiologie und körperliche Stimulierung. Kaffee als Energydrink im 19. Jahrhundert*, in: Roman Rossfeld (Hg.),

- Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart, Baden 2002, S. 207–225.
- Blanke Bernhard/Kania Helga, Die Ökonomisierung der Gesundheitspolitik. Von der Globalsteuerung zum Wettbewerbskonzept im Gesundheitswesen, in: *Leviathan*, 24/4 (1996), S. 512–538.
- Blanke Fritz, Reformation und Alkoholismus, in: *Zwingliana*, 9/2 (1949), S. 75–89.
- Blattmann Lynn, Der Comment und die Schweiz, in: Harm-Hinrich Brandt/Matthias Stickler (Hg.), *Der Burschen Herrlichkeit. Geschichte und Gegenwart des studentischen Korporationswesens*, Würzburg 1998, S. 207–217.
- Bleyer-Weiß Andrea, Tanzverbote im Erzbistum Salzburg. Öffentliche Unterhaltungen – Tanzen, in: Waltraud Froihofer (Hg.), *Volkstanz zwischen den Zeiten. Zur Kulturgeschichte des Volkstanzes in Österreich und Südtirol*, Graz 2012, S. 23–33.
- Blum Iris, Ich bin [...] der Diät, wie der Heilweise der Zukunft der Zeit weit, weit, nicht bloss um Jahrzehnte, vielleicht selbst um Jahrhunderte voraus. Hydrotherapie und Vegetarismus als soziales und moralisches Allheilmittel: Dargestellt an Leben und Werk des Naturarztes Theodor Hahn (1824–1883), Zürich 1996.
- Blum Iris, Monte Verità am Säntis. Die Lebensreform in der Ostschweiz 1900–1950 (Arbeitstitel), erscheint 2022.
- Böllert Karin et al. (Hg.), *Sexualisierte Gewalt. Institutionelle und professionelle Herausforderungen*, Wiesbaden 2014.
- Borona Elisabetta et al. (Hg.), *Pioniere, Poeten, Professoren. Eranos und der Monte Verità in der Zivilisationsgeschichte der 20. Jahrhunderts*, Würzburg 2004.
- Boser Lukas et al., Die Pädagogisierung des „guten Lebens“ in bildungshistorischer Sicht, in: *Jahrbuch für historische Bildungsforschung*, 23 (2017), S. 303–332.
- Brand Karl-Werner/Stöver Henrik, Umweltbewegung, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.), *Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch*, Frankfurt a. M. 2008, S. 220–243.
- Brändle Fabian/Ritter Hans Jakob, *Zum Wohl! 100 Jahre Engagement für eine alkoholfreie Lebensweise in Basel*, Basel 2010.
- Brandt Peter, Von der Urburschenschaft bis zum Progreß, in: Harm-Hinrich Brandt/Matthias Stickler (Hg.), *Der Burschen Herrlichkeit. Geschichte und Gegenwart des studentischen Korporationswesens*, Würzburg 1998, S. 35–53.

- Brasch Anna S., *Moderne – Regeneration – Erlösung. Der Begriff der „Kolonie“ und die weltanschauliche Literatur der Jahrhundertwende*, Göttingen 2017.
- Braun Karl, *Jugendbewegung, Sexualaufklärung, Sozialhygiene. Das Beispiel Max Hodann (1894–1946)*, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019, S. 33–60.
- Braun Karl/Linzner Felix/Khairi-Taraki John (Hg.), *Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“*, Göttingen 2017.
- Breyer Nike, *Linientreu. Schuhkonzepte der Lebensreform und ihr Weg durch das 20. Jahrhundert*, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), *Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900*, Darmstadt 2001, S. 597–602.
- Briesen Detlef, *Das gesunde Leben. Ernährung und Gesundheit seit dem 18. Jahrhundert*, Frankfurt a. M. 2010.
- Bröckling Ulrich/Krasmann Susanne/Lemke Thomas (Hg.), *Gouvernementalität der Gegenwart. Studien zur Ökonomisierung des Sozialen*, Frankfurt a. M. 2000.
- Brödel Rainer (Hg.), *Erwachsenenbildung in der Moderne. Diagnosen, Ansätze, Konsequenzen*, Opladen 1997.
- Brühlmeier Arthur/Kuhlemann Gerhard, *Yverdon 1804–1825*, in: Heinrich Pestalozzi. *Die umfassende Dokumentation*, www.heinrich-pestalozzi.de/biographie/yverdon (02.06.2020).
- Brunner Olav, *Quartier im Generationenwechsel. Der „Schatzacker“ in Bassersdorf ändert sein Gesicht*, in: *Dorf-Blitz, Unabhängige Monatszeitung für die Gemeinden Bassersdorf, Brütten und Nürensdorf*, 31. Januar 2008, S. 1–3.
- Bruns Claudia, *Politik des Eros. Der Männerbund in Wissenschaft, Politik und Jugendkultur (1880–1934)*, Köln 2008.
- Buber Agassi Judith (Hg.), *Schriften zur Psychologie und Psychotherapie*, Gütersloh 2008.
- Bucher Martin J., *Die Deutschlandkontakte der Schweizer Pfadfinder 1920–1945. „Schaut auf das Heldische der deutschen Hitlerjugend“*, Münster 2004.
- Büchi Eva, *Als die Moral baden ging. Badeleben am schweizerischen Bodensee und Rheinufer 1850–1950 unter dem Einfluss der Hygiene und der „Lebensreformbewegung“*, Frauenfeld 2003.
- Büchler Hermann, *Drei schweizerische Landesausstellungen. Zürich 1883, Genf 1896, Bern 1914, Zürich 1970*.

- Bugmann Mirjam, *Hypnosepolitik. Der Psychiater August Forel, das Gehirn und die Gesellschaft (1870–1920)*, Köln 2015.
- Bühler Patrick, *Der „letzte Zufluchtsort für Stürmer und Dränger“? Psychoanalytische Pädagogik in den Berner Seminarblättern und der Schulreform 1907–1930*, in: *Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften*, 36/1 (2014), S. 51–65.
- Buhrs Michael/Wagner Claudia (Hg.), *Karl Wilhelm Diefenbach (1851–1913). Lieber sterben, als meine Ideale verleugnen!* München 2011.
- Bundschuh Claudia, *Die sogenannte Pädophilenbewegung in Deutschland*, in: *Meike Sophia Baader et al. (Hg.), Tabubruch und Entgrenzung. Kindheit und Sexualität nach 1968*, Köln 2017, S. 85–100.
- Burkhard Daniel, *Besseren Nähr- und Siedlungsraum schaffen. Die Schweizer Innenkolonisation im Kontext der Ernährungskrise 1917/18*, Bern 2020.
- Burri Monika, *Bodywear. Geschichte der Trikotkleidung, 1850–2000*, Zürich 2012.
- Busch Uwe/Batz Werner, *Pioniere der Medizinischen Physik – Theophil Christen (1873–1920)*, in: *Zeitschrift für Medizinische Physik*, 15/1 (2005), S. 59–60.
- Butler Judith, *Körper von Gewicht. Die diskursiven Grenzen des Geschlechts*, Frankfurt a. M. 1997.
- Butz Richard, *Von Wagnissen. Utopisten, Visionäre, Gottsucher, Außenseiter und Pioniere zwischen Walensee und Bodensee im 20. Jahrhundert*, St. Gallen 2008.
- Canning Kathleen, *The Body as Method? Reflections on the Place of the Body in Gender History*, in: *Gender & History*, 11 (1999), S. 499–513.
- Carstensen Thorsten/Schmid Marcel, *Die Literatur der Lebensreform. Kontexte, Orte und Autoren*, in: *Dies. (Hg.), Die Literatur der Lebensreform. Kulturkritik und Aufbruchstimmung um 1900*, Bielefeld 2016, S. 9–26.
- Cayleff Susan E., *Nature's Path. A History of Naturopathic Healing in America*, Baltimore 2016.
- Cluet Marc, *Vorwort*, in: *Ders./Catherine Repussard (Hg.), „Lebensreform“. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht*, Tübingen 2013, S. 11–48.
- Cluet Marc/Repussard Catherine (Hg.), *„Lebensreform“. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht*, Tübingen 2013.
- Condrau Flurin, *Lungenheilanstalt und Patientenschicksal. Sozialgeschichte der Tuberkulose in Deutschland und England im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert*, Göttingen 2000.

- Conford Philip, *The origins of the organic movement*, Edinburgh 2001.
- Connolly John/Prothero Andrea, *Green Consumption. Life-politics, Risk and Contradictions*, in: *Journal of Consumer Culture*, 8/1 (2008), S. 117–145.
- Conti Christoph, *Abschied vom Bürgertum. Alternative Bewegungen in Deutschland von 1890 bis heute*, Reinbek b. Hamburg 1984.
- Crettaz-Stürzel Elisabeth, *Heimatstil. Reformarchitektur in der Schweiz 1896–1914*, Frauenfeld/Stuttgart/Wien 2005.
- Criblez Lucien (Hg.), *Bildungsraum Schweiz. Historische Entwicklung und aktuelle Herausforderungen*, Bern 2008.
- Cronon William, *Nature's Metropolis. Chicago and the Great West*, New York 1991.
- Crossley Ceri, *Consumable metaphors. Attitudes Towards Animals and Vegetarianism in Nineteenth-Century France*, Oxford 2005.
- Davis John, *History of the French Vegetarian Societies*, in: <https://ivu.org/history/societies/french-early.html> (31.01.19).
- De Capitani François, *Gesunde Schweiz. Der Gesundheitsdiskurs in der Aufklärung*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 15–17.
- De Weerd Monna/Schwab Andreas (Hg.), *Monte Dada. Ausdruckstanz und Avantgarde*, Bern 2018.
- Degele Nina/Dries Christian, *Modernisierungstheorie. Eine Einführung*, München 2005.
- Demuth Yves, *Der „Fall Sonderegger“*. Von der Affäre um den ersten freiwirtschaftlichen Bundespolitiker H.K. Sonderegger von 1943, Lizentiatsarbeit Universität Freiburg 2007.
- Demuth Yves, Hans Konrad Sonderegger. *Der erfolgreichste Gegner des Appenzeller Freisinns*, in: *Appenzellische Jahrbücher*, 143 (2016), S. 12–21.
- Desiderato Simone, *Vom Tier zum Fleisch. Schlachtbetrieb und Fleischgewinnung in Zürich*, in: Dies. et al. (Hg.), *Fleisch für Zürich. 100 Jahre Schlachthof Zürich, 100 Jahre Metzgermeisterverein Zürich, 1909–2009*, Baden 2009, S. 13–43.
- Dewulf Jeroen, Felix Moeschlins brasilianische Träume, in: Gonçalo Vilas-Boas (Hg.), *Partir de Suisse, revenir en Suisse = Von der Schweiz weg, in die Schweiz zurück*, Strasbourg 2003, S. 97–109.
- Dinges Martin, *Einleitung. Medizinkritische Bewegungen zwischen „Lebenswelt“ und „Wissenschaft“*, in: Ders. (Hg.), *Medizinkritische Bewegungen im Deutschen Reich. (ca. 1870–1933)*, Stuttgart 1996, S. 7–38.

- Dinges Martin, Homöopathie. Patienten, Heilkundige, Institutionen: von den Anfängen bis heute, Heidelberg 1996.
- Drummer Christian, Das sich ausbreitende Restaurant in deutschen Großstädten als Ausdruck bürgerlichen Repräsentationsstrebens 1870–1930, in: Hans Jürgen Teuteberg et al. (Hg.), Essen und kulturelle Identität europäische Perspektiven, Berlin 1997, S. 303–321.
- Dubach Roswitha, Verhütungspolitik. Sterilisationen im Spannungsfeld von Psychiatrie, Gesellschaft und individuellen Interessen in Zürich (1890–1970), Zürich 2013.
- Dudek Peter, „Körpermissbrauch und Seelenschändung“. Der Prozess gegen den Reformpädagogen Gustav Wyneken 1921, Bad Heilbrunn 2020.
- Dudek Peter, „Sie sind und bleiben eben der alte abstrakte Ideologe!“. Der Reformpädagoge Gustav Wyneken (1875–1964) – eine Biographie, Bad Heilbrunn 2017.
- Dudek Peter, „Versuchsacker für eine neue Jugend“. Die Freie Schulgemeinde Wickersdorf, 1906–1945, Bad Heilbrunn 2009.
- Duden Barbara, Geschichte unter der Haut. Ein Eisenacher Arzt und seine Patientinnen um 1730, Stuttgart 1991.
- Duerr Hans Peter, Nacktheit und Scham, Frankfurt a. M. 41994.
- Eckart Wolfgang Uwe/Jütte Robert, Medizingeschichte. Eine Einführung, Köln 2014.
- Edgerton Robert B., Trügerische Paradiese. Der Mythos von den glücklichen Naturvölkern, Hamburg 1994.
- Egli Hans-Rudolf, Ländliche Neusiedlung in der Schweiz vom Ende des 19. Jahrhunderts bis zur Gegenwart, in: Erdkunde, 40/3 (1986), S. 197–207.
- Eilenberger Wolfram, Zeit der Zauberer. Das große Jahrzehnt der Philosophie: 1919 – 1929, Stuttgart 2018.
- Eitler Pascal, Körper – Kosmos – Kybernetik. Transformationen der Religion im „New Age“ (Westdeutschland 1970–1990), in: Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History, 4/1-2 (2007), S. 116–135.
- Eitler Pascal/Scheer Monique, Emotionengeschichte als Körpergeschichte. Eine heuristische Perspektive auf religiöse Konversionen im 19. und 20. Jahrhundert, in: Geschichte und Gesellschaft 35/2 (2009), S. 282–313.
- Elias Norbert, Über den Prozess der Zivilisation. Soziogenetische und psychogenetische Untersuchungen, Bd. 2, Frankfurt a. M. 1976.
- Ellwanger Karen/Meyer-Renschhausen Elisabeth, Kleidungsreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegung, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 87–102.

- Engels Jens Ivo, Naturpolitik in der Bundesrepublik. Ideenwelt und politische Verhaltensstile in Naturschutz und Umweltbewegung; 1950–1980, Paderborn u. a. 2006.
- Engs Ruth C., Clean Living Movements. American Cycles of Health Reform, Westport 2000.
- Espagne Michel, Jenseits der Komparatistik. Zur Methode der Erforschung von Kulturtransfers, in: Ulrich Mölk (Hg.), Europäische Kulturzeitschriften um 1900 als Medien transnationaler und transdisziplinärer Wahrnehmung, Göttingen 2006, S. 13–32.
- Fahrenkrug Hermann, La fin merveilleuse de la „fée verte“. Réflexions sur la prohibition réussie d'une drogue en Suisse, in: *Traverse*, 1 (1994), S. 40–49.
- Fankhauser Dominique Marcel, Die Arbeitersportbewegung in der Schweiz 1874–1947. Beiträge und Kontroversen zur sozialen Frage im Sport, Wien 2010.
- Fannin Andreas, Rückwärtsgewandte Avantgarde. Naturheilkunde, Körperkultur, Degenerationsängste: eine Geschichte des Vereins für Volksgesundheit Zürich (1891–2016), Masterarbeit Universität Zürich 2016.
- Farkas Reinhard, Alternative Landwirtschaft/Biologischer Landbau, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 301–313.
- Fenner Thomas, Vom Rohstoff zum industriellen Produkt, in: Annatina Seifert (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 81–103.
- Ferchhoff Wilfried, Jugend und Jugendkulturen im 21. Jahrhundert. Lebensformen und Lebensstile, Wiesbaden 2007.
- Ferchhoff Wilfried, Musikalische Jugendkulturen in den letzten 65 Jahren: 1945–2010, in: Robert Heyer/Sebastian Wachs/Christian Parentien (Hg.), *Handbuch Jugend – Musik – Sozialisation*. Wiesbaden 2013, S. 19–123.
- Feuchter Anne, „Und singen wir ein frisches Lied und tanzen einen Reigen“. Volkslied und Volkstanz in der Wandervogelzeit, in: Willi Bucher/Klaus Pohl (Hg.), *Schock und Schöpfung. Jugendästhetik im 20. Jahrhundert*, Darmstadt 1986, S. 417–419.
- Fierz Regula/Büschi Eva, Ein Leben für die Frauensache. Emmi Bloch (1887–1978): Pionierin für Sozialarbeit und Journalismus, in: Doris Brodbeck/Yvonne Domhardt/Judith Stofer (Hg.), *Siehe, ich schaffe Neues. Aufbrüche von Frauen in Protestantismus, Katholizismus, Christkatholizismus und Judentum*, Bern 1998, S. 191–209.

- Fischer Alexander, Existenzielle Spannungsverhältnisse. Überlegungen zum Begriff ‚Aussteiger‘, in: Archiv für Begriffsgeschichte, 57 (2016), S. 259–275.
- Foucault Michel, Archäologie des Wissens, Frankfurt a. M. 1981.
- Foucault Michel, Der Wille zum Wissen. Sexualität und Wahrheit, Frankfurt a. M. 1977.
- Foucault Michel, Die Geburt der Biopolitik. Geschichte der Gouvernementalität II, Vorlesung am Collège de France 1978/1979, Frankfurt a. M. 2006.
- Foucault Michel, Die Geburt der Klinik. Eine Archäologie des ärztlichen Blicks, München 1973.
- Foucault Michel, Technologien des Selbst, in: Luther H. Martin/Huck Gutman/Partick H. Hutton (Hg.), Technologien des Selbst, Frankfurt a. M. 1993, S. 24–62.
- Franci Nadine, Mit Kaffee gegen Alkohol. Die Gründung von Kaffeehallen in der Schweiz um 1900, in: Roman Rossfeld (Hg.), Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart, Baden 2002, S. 256–276.
- Frecot Janos, Landkrone über Europa. Der Monte Verità als zentrales Versuchsfeld für alternative Lebensformen zwischen Jahrhundertwende und erstem Weltkrieg, in: Harald Szeemann (Hg.), Monte Verità – Berg der Wahrheit. Lokale Anthropologie als Beitrag zur Wiederentdeckung einer neuzeitlichen sakralen Topographie, Milano 1978, S. 55–64.
- Frecot Janos/Geist Johann Friedrich/Kerbes Diethart, Fidus 1868–1948. Zur ästhetischen Praxis bürgerlicher Fluchtbewegungen, München 1972.
- Frevert Ute, Krankheit als politisches Problem 1770–1880. Soziale Unterschichten in Preußen zwischen medizinischer Polizei und staatlicher Sozialversicherung, Göttingen 1984.
- Frey Katia/Perotti Eliana, Zwischen Ideal und Pragmatismus. Der schweizerische Diskurs zur Gartenstadt, in: Sylvia Claus/Lukas Zurfluh (Hg.), Städtebau als politische Kultur. Der Architekt und Theoretiker Hans Bernoulli, Zürich 2018, S. 76–89.
- Frey Manuel, Der reinliche Bürger. Entstehung und Verbreitung bürgerlicher Tugenden in Deutschland, 1760–1860, Göttingen 1997.
- Fritzen Florentine, Gesünder leben. Die Lebensreformbewegung im 20. Jahrhundert, Stuttgart 2006.
- Fritzsche Bruno, Eisenbahnbau und Stadtentwicklung in der Schweiz, in: Peter Borscheid et al. (Hg.), Stadtwachstum, Industrialisierung, sozialer Wandel. Beiträge zur Erforschung der Urbanisierung im 19. und 20. Jahrhundert, Berlin 1986, S. 175–194.

- Fritzsche Robert, Hermann Müller-Thurgau, in: Ders./Fritz Heberlin/Heinrich Schmid, Hermann Müller-Thurgau (1850–1927). Und weitere Pioniere der Qualitätsverbesserung des Weins und der unvergorenen Trauben- und Obstsaften, Zürich 1974, S. 51–64.
- Fröhlicher-Beglinger Rosmarie, Rudolf Müller. Der geniale Schweizer Reformhaus-Pionier, Küsnacht am Rigi 2004.
- Füller Christian, Die Revolution missbraucht ihre Kinder. Sexuelle Gewalt in deutschen Protestbewegungen, München 2015.
- Füller Christian, Missbrauch, Gewalt, Ideologie. Wie Ideen sexuelle Gewalt ermöglichen, in: Wilfried Breyvogel (Hg.), Pfadfinderische Beziehungsformen und Interaktionsstile. Vom Scoutismus über die bündische Zeit bis zur Missbrauchsdebatte, Wiesbaden 2017, S. 237–251.
- Fürstaller Maria et al. (Hg.), Psychoanalytische Pädagogik. Selbstverständnis und Geschichte, Opladen 2015.
- Galle Sara, Kindswegnahmen. Das „Hilfswerk für die Kinder der Landstrasse“ der Stiftung Pro Juventute im Kontext der schweizerischen Jugendfürsorge, Zürich 2016.
- Geden Oliver, Rechte Ökologie. Umweltschutz zwischen Emanzipation und Faschismus, Berlin 1996.
- Geiges Michael L., „... und am höchsten das Licht“. Heliotherapie in der Schweiz, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 111–115.
- Georg Werner, Soziale Lage und Lebensstil. Eine Typologie, Opladen 1998.
- Georgieff Andrey, Nacktheit und Kultur. Adolf Koch und die proletarische Freikörperkultur, Wien 2005.
- Germann Urs, „Alkoholfrage“ und Eugenik. Auguste Forel und der eugenische Diskurs in der Schweiz, in: Traverse, Zeitschrift für Geschichte, 4/1 (1997), S. 144–154.
- Gerstner Alexandra et al. (Hg.), Der neue Mensch. Utopien, Leitbilder und Reformkonzepte zwischen den Weltkriegen, Frankfurt a. M. 2006.
- Gillis John R., Geschichte der Jugend. Tradition und Wandel im Verhältnis der Altersgruppen und Generationen in Europa von der zweiten Hälfte des 18. Jahrhunderts bis zur Gegenwart, Weinheim/Basel 1980.
- Giuliani Markus, „Starke Jugend – freies Volk“. Bundesstaatliche Körpererziehung und gesellschaftliche Funktion von Sport in der Schweiz (1918–1947), Bern 2001.
- Gloy Karen, Das Verständnis der Natur. Die Geschichte des ganzheitlichen Denkens, München 1996.

- Gonon Philipp, Schule im Spannungsfeld zwischen Arbeit, elementarer Bildung und Beruf, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), *Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, Bern/Stuttgart/Wien 1997, S. 58–88.
- Goodman Jordan, *Tobacco in History. The cultures of dependence*, London 1993.
- Graab Franz Josef, Fritz Wartenweiler und die Erwachsenenbildung in der Schweiz, Zürich 1975.
- Graf Felix, „Wasser tut’s freilich...“. Hydrotherapie im Wasserschloss Europas, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Kraftraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 99–103.
- Graf Simon, Leistungsfähig, attraktiv, erfolgreich, jung und gesund. Der fitte Körper in post-fordistischen Verhältnissen, in: *Body Politics*, 1/1 (2013), S. 139–157.
- Griese Hartmut M., Jugend(sub)kultur(en). Facetten, Probleme und Diskurse, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.), *Jugendkulturen, Politik und Protest. Vom Widerstand zum Kommerz?* Wiesbaden 2000, S. 37–47.
- Grisko Michael (Hg.), *Freikörperkultur und Lebenswelt. Studien zur Vor- und Frühgeschichte der Freikörperkultur in Deutschland*, Kassel 1999.
- Grönemeyer Dietrich et al. (Hg.), *Gesundheit im Spiegel der Disziplinen, Epochen, Kulturen*, Tübingen 2008.
- Groothoff Hans-Hermann, *Erwachsenenbildung und Industriegesellschaft. Eine Einführung in Geschichte, Theorie und Praxis der Erwachsenenbildung in der Bundesrepublik Deutschland*, Paderborn 1976.
- Grunder Hans-Ulrich, *Das schweizerische Landerziehungsheim zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Eine Erziehungs- und Bildungsinstitution zwischen Nachahmung und Eigenständigkeit*, Frankfurt a. M. 1987.
- Grunder Hans-Ulrich, Konzeptionelle Kontinuität und biographischer Bruch. Ernst Schneider (1878–1957): Reformpädagoge, entlassener Lehrerbildner, Universitätsdozent, Psychoanalytiker, in: *Schweizerische Zeitschrift für Bildungswissenschaften*, 41/2 (2019), S. 315–334.
- Grunder Hans-Ulrich, *Schulkritik und pädagogische Reform. Die Schulreform in der Romandie zu Beginn des 20. Jahrhunderts*, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), *Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, Bern 1997, S. 89–125.
- Grunder Hans-Ulrich, *Seminarreform und Reformpädagogik*, Bern 1993.
- Guerra Gabriele (Hg.), *Tra ribellione e conservazione. Monte Verità e la cultura tedesca*, Rom 2019.

- Gugerli David/Kupper Patrick/Speich Chassé Daniel, *Die Zukunftsmaschine. Konjunkturen der ETH Zürich 1855–2005*, Zürich 2005.
- Günther Dagmar, *Alpine Quergänge. Kulturgeschichte des bürgerlichen Alpinismus (1870–1930)*, Frankfurt a. M. 1998.
- Gura Philip F., *American Transcendentalism. A History*, New York 2007.
- Gutmann Rahel, *Wie Zarathustra in die Lebensreform kam. Eine Untersuchung der Rezeption der Mazdaznan-Bewegung im deutschsprachigen Raum mit Fokus auf die Aryana-Siedlung in Herrliberg, ca. 1910–1930*, Masterarbeit ETH Zürich 2021.
- Gygax Peter, *Marzili. Berner Welt am Aareufer*, Münsingen 1991.
- Hadorn Christian, *Zeugnis eines verschütteten sozialen Aufbruchs*, in: Max Tobler, „Die Welt riss mich“. Aus der Jugend eines freisinnigen Rebellen (1876–1929), Zürich 2015, S. 279–356.
- Haenfler Ross/Johnson Brett/Jones Ellis, *Lifestyle Movements. Exploring the Intersection of Lifestyle and Social Movements*, in: *Social Movement Studies*, 11/1 (2012), S. 1–20.
- Haenger Peter, *Das Fleisch und die Metzger. Fleischkonsum und Metzgerhandwerk in Basel seit der Mitte des 19. Jahrhunderts*, Zürich 2001.
- Haldimann Ueli, *Arosa. Hermann Hesse, Thomas Mann und andere in Arosa: Texte und Bilder aus zwei Jahrhunderten*, Zürich 2001.
- Hameline Daniel, *Adolphe Ferrière*, in: Jean Houssaye (Hg.), *Quinze pédagogues. Leur influence aujourd’hui*, Paris 2000, S. 181–195.
- Hänsenberger Irene, *Körperreform als Teilaspekt der Lebensreform. Eine sozialreformistische Bewegung mit dem Ziel einer gesellschaftlichen Bewusstseinsveränderung bezüglich des menschlichen Körpers*, Lizentiatsarbeit Universität Bern 1992.
- Hansmann Otto, *Jean-Jacques Rousseau (1712–1778)*, in: Bernd Dollinger (Hg.), *Klassiker der Pädagogik. Die Bildung der modernen Gesellschaft*, Wiesbaden 2012, S. 27–52.
- Hanusa Barbara, *Ecole d’Humanité. Lebendige Paul Geheeb-Pädagogik in der Schweiz*, in: Margarita Kaufmann/Alexander Priebe (Hg.), *100 Jahre Odenwaldschule. Der wechselvolle Weg einer Reformschule*, Berlin 2010, S. 226–239.
- Harp Stephen L., *Au naturel. Naturism, nudism, and tourism in twentieth-century France*, Baton Rouge 2013.
- Harrington Anne, *Die Suche nach Ganzheit. Die Geschichte biologisch-psychologischer Ganzheitslehren: vom Kaiserreich bis zur New-Age-Bewegung*, Reinbek bei Hamburg 2002.

- Hartmann Kristiana, Deutsche Gartenstadtbewegung. Kulturpolitik und Gesellschaftsreform, München 1976.
- Hartmann Kristiana, Gartenstadtbewegung, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 289–300.
- Hartmann Kristiana, Tanz in die Reform. Die Bedeutung Helleraus für die Entwicklung des modernen Tanzes, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 128–137.
- Hartmann Peter H., Lebensstilforschung. Darstellung, Kritik und Weiterentwicklung, Opladen 1999.
- Hasenöhr Ute, Zivilgesellschaft und Protest. Eine Geschichte der Naturschutz- und Umweltbewegung in Bayern 1945–1980, Göttingen 2011.
- Haslinger Peter, Diskurs, Sprache, Zeit, Identität. Plädoyer für eine erweiterte Diskursgeschichte, in: Österreichische Zeitschriften für Geschichtswissenschaften, 16/4 (2005), S. 33–59.
- Hassis Lucas/Rieske Constantin, Historische Praxeologie. Zur Einführung, in: Dies. (Hg.), Historische Praxeologie. Dimensionen des Handelns, Paderborn 2015, 7–54.
- Haunss Sebastian, Antiimperialismus und Autonomie. Linksradikalismus seit der Studentenbewegung, in: Roland Roth/Dieter Rucht (Hg.), Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch, Frankfurt a. M. 2008, S. 447–473.
- Haupt Heinz-Gerhard, Konsum und Handel. Europa im 19. und 20. Jahrhundert, Göttingen 2003.
- Hauser Julia, Körper, Moral, Gesellschaft. Debatten über Vegetarismus zwischen Europa und Indien, ca. 1850–1920, in: Norman Aselmeyer/Veronika Settele (Hg.), Nicht-Essen. Gesundheit, Ernährung und Gesellschaft seit 1850, Berlin/München 2018, 259–287.
- Heinz Christian, Ausweitung der Kriegszone. Die Bircher-Zeitschrift „Der Wendepunkt im Leben und im Leiden“, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 43–47.
- Hengartner Thomas, Tabak, in: Ders./Christoph Maria Merki (Hg.), Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 169–193.
- Hengartner Thomas/Merki Christoph Maria (Hg.), Tabakfragen. Rauchen aus kulturwissenschaftlicher Sicht, Zürich 1996.

- Hengartner Thomas/Merki Christoph Maria, Für eine Geschichte der Genussmittel, in: Dies. (Hg.), Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 7–21.
- Hengartner Thomas/Merki Christoph Maria, Heilmittel, Genussmittel, Suchtmittel. Veränderungen in Konsum und Bewertung von Tabak in der Schweiz, in: Schweizerische Zeitschrift für Geschichte, 43/3 (1993), S. 375–418.
- Herrmann Ulrich (Hg.), „Mit uns zieht die neue Zeit...“. Der Wandervogel in der deutschen Jugendbewegung, Weinheim/München 2006.
- Herrmann Ulrich/Nassen Ulrich (Hg.), Formative Ästhetik im Nationalsozialismus. Intentionen, Medien und Praxisformen totalitärer ästhetischer Herrschaft und Beherrschung, Weinheim 1993.
- Heyll Uwe, Wasser, Fasten, Luft und Licht. Die Geschichte der Naturheilkunde in Deutschland, Frankfurt a. M. 2006.
- Heyn Susanne, Kolonial bewegte Jugend. Beziehungsgeschichten zwischen Deutschland und Südwestafrika zur Zeit der Weimarer Republik, Bielefeld 2018.
- Hierdeis Helmwart, Psychoanalytische Pädagogik. Psychoanalyse in der Pädagogik, Stuttgart 2016.
- Hirt Gerulf et al., Als die Zigarette giftig wurde. Ein Risiko-Produkt im Widerstreit, Kromsdorf/Weimar 2017.
- Hlade Josef, Auf Kur und Diät mit Wagner, Kapp und Nietzsche. Wasserdoktoren, Vegetarier und das kulturelle Leben im 19. Jahrhundert: von der Naturheilkunde zur Lebensreform, Stuttgart 2015.
- Hoffman Brian S., Naked. A Cultural History of American Nudism, New York 2015.
- Hofmann Michèle, Gesundheitswissen in der Schule. Schulhygiene in der deutschsprachigen Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert, Bielefeld 2016.
- Hofmann Michèle, Sonnenbäder, Obst, Gemüse und Alkoholabstinenz. Pädagogisierung des «gesunden Lebens» in Schweizer Landerziehungsheimen zu Beginn des 20. Jahrhunderts, in: Andrea De Vincenti et al. (Hg.), Pädagogisierung des «guten Lebens». Bildungshistorische Perspektiven auf Ambitionen und Dynamiken im 20. Jahrhundert, Bern 2020, S. 243–270.
- Höhne Thomas, Pädagogisierung sozialer Machtverhältnisse, in: Erich Ribolits/Johannes Zuber (Hg.), Pädagogisierung. Die Kunst, Menschen mittels Lernen immer dümmer zu machen! schulheft, 29/116 (2004), S. 30–44.
- Honecker Martin, Gesundheit als höchstes Gut? Das sich wandelnde Verständnis von Heil und Heilung in der modernen Gesellschaft, in: Daniel Schäfer et al. (Hg.), Gesundheitskonzepte im Wandel. Geschichte, Ethik und Gesellschaft, Stuttgart 2008, S. 127–140.

- Hopfner Johanna/Németh András (Hg.), Pädagogische und kulturelle Strömungen in der k. u. k. Monarchie. Lebensreform, Herbartianismus und reformpädagogische Bewegungen, Frankfurt a. M. 2008.
- Hopmann Andrea, Die Anfänge der Schweizer Freikörperkulturbewegung. Selbst- und Fremdbild anhand der Prozesse von 1926 und 1931, Lizentiatarbeit Universität Zürich 2003.
- Horn Elija, Indien als Erzieher. Orientalismus in der deutschen Reformpädagogik und Jugendbewegung 1918–1933, Bad Heilbrunn 2018.
- Horn Elija, Sexuelle Befreiung aus Indien. Jugendkulturelle Verknüpfung von „östlicher Spiritualität“ und Sexualität um 1918 und um 1980, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert, Göttingen 2019, S. 195–211.
- Huerkamp Claudia, Der Aufstieg der Ärzte im 19. Jahrhundert. Vom gelehrten Stand zum professionellen Experten: Das Beispiel Preußens, Göttingen 1985.
- Hufenreuter Gregor, Gustav Simons. Völkischer Antisemit, Lebensreformer und Simonsbrot-Erfinder, in: David Bordiehn u. a. (Hg.), Ausgrenzende politische Ideologien. Akteure, Organisationen und Programmatiken, Festschrift zu Ehren von Uwe Puschner, Berlin 2020, S. 211–230.
- Huonker Thomas, Diagnose „moralisch defekt“. Kastration, Sterilisation und Rassenhygiene im Dienst der Schweizer Sozialpolitik und Psychiatrie 1890–1970, Zürich 2003.
- Hurrelmann Klaus, Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung, Weinheim 2007.
- Illich Ivan, Die Nemesis der Medizin. Die Kritik der Medikalisierung des Lebens, München 2007.
- Immerfall Stefan/Wasner Barbara, Freizeit, Opladen 2011.
- Inglin Thomas, Architekturgeschichte der Bircher-Benner-Klinik, in: Eberhard Wolff (Hg.), Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext, Baden 2010, S. 31–37.
- Ingold Niklaus, Lichtduschen. Geschichte einer Gesundheitstechnik, 1890–1975, Zürich 2015.
- Ito Toshiko, Reformpädagogik aus dem Osten? Körperauffassung und Körpererziehung, in: *Paedagogica Historica*, 42/1-2 (2006), S. 93–107.
- Ito Toshiko, Transzendenz und Orientalismus in der Reformpädagogik. Eine Fallstudie zur Kooperation zwischen Werner Zimmermann und Kuniyoshi Obara, in: *Bildungsgeschichte*, 2/1 (2012), 36–50.

- Jaeger Suanne/Wölfle Gunther, Von Letchworth bis Canberra. Zur Verbreitung einer Idee, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 8–23.
- James Gregory, *Of Victorians and Vegetarians. The Vegetarian Movement in Nineteenth-Century Britain*, London 2007.
- Jauslin Manfred, Hans Bernoulli. Eine Architektur für Menschen, in: Schweizer Monatshefte, Zeitschrift für Politik, Wirtschaft, Kultur, 76/5 (1996), S. 13–16.
- Jenzer Sabine, Die „Dirne“, der Bürger und der Staat. Private Erziehungsheime für junge Frauen und die Anfänge des Sozialstaates in der Deutschschweiz, 1870er bis 1940er Jahre, Köln/Weimar/Wien 2014.
- Joris Elisabeth/Witzig Heidi, Einleitung. Der weibliche Geschlechtscharakter, in: Dies. (Hg.), Frauengeschichte(n). Dokumente aus zwei Jahrhunderten zur Situation der Frau in der Schweiz, Zürich 1986, S. 17–41.
- Jung Joseph, Katholische Jugendbewegung in der deutschen Schweiz. Der Jungmannschaftsverband zwischen Tradition und Wandel von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis zum Zweiten Weltkrieg, Freiburg 1988.
- Just Marcel, Mode der Zeit. Sonnenkult und Körperkultur, in: Ders. (Hg.), Arosa. Die Moderne in den Bergen, Zürich 2007, S. 148–153.
- Jütte Robert, Geschichte der Alternativen Medizin. Von der Volksmedizin zu den unkonventionellen Therapien von heute, München 1996.
- Kaiser Jochen-Christoph, Freireligiöse und Feuerbestatter, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 537–549.
- Kaiser Tobias, Eduard Baltzer (1814–1887). Ein enttäuschter 1848er-Revolutionär als Gründer des ersten deutschen Vegetarierversins? In: Stefan Gerber/Werner Greiling/Klaus Ries (Hg.), Zwischen Stadt, Staat und Nation. Bürgertum in Deutschland, Göttingen 2014, S. 425–450.
- Kamm Peter, Paul Häberlin. Leben und Werk, Zürich 1977.
- Kaschuba Wolfgang, Volkslied und Volksmythos. Der „Zupfgeigenhansl“ als Lied- und Leitbuch der deutschen Jugendbewegung, in: Jahrbuch für Volksliedforschung, 34 (1989), S. 41–55.
- Kästli Tobias, Auf der Suche nach dem dritten Weg zwischen Kapitalismus und Kommunismus. Werner Zimmermann und die Freiwirtschaftslehre des Silvio Gesell, in: Tages-Anzeiger-Magazin, 10/11 (1979), S. 16–23.
- Kästli Tobias, Hans Bernoulli und die Freiland-Freigeld-Lehre, in: archithese. Zeitschrift und Schriftenreihe für Architektur und Kunst, 11/6 (1981), S. 31–33.

- Kaufmann Pius, Gesellschaft im Bad. Die Entwicklung der Badefahrten und der „Naturbäder“ im Gebiet der Schweiz und im angrenzenden südwestdeutschen Raum (1300–1610), Zürich 2009.
- Keck Laura-Elena, Lebensreform und Ernährung in der Schweiz, in: Schweizer Zeitschrift für Ernährungsmedizin, 15/5 (2017), S. 6–9.
- Keim Wolfgang/Schwerdt Ulrich (Hg.), Handbuch der Reformpädagogik in Deutschland (1890–1933), Frankfurt a. M./Bern u. a. 2013.
- Kern Thomas, Soziale Bewegungen. Ursachen, Wirkungen, Mechanismen, Wiesbaden 2008.
- Ketelhut Klemens, Sozialreform und Selbstreform als pädagogische Programme sozialer Bewegungen Ende des 19./Anfang des 20. Jahrhunderts. Die Pädagogik lebensreformerischer Nacktheitserziehung, in: Diana Franke-Meyer/Carola Kuhlmann (Hg.), Soziale Bewegungen und Soziale Arbeit. Von der Kindergartenbewegung zur Homosexuellenbewegung, Wiesbaden 2018, S. 115–128.
- Keyler Hartmut, Eine historisch-gesellschaftliche Rekonstruktion zum weltweiten Pfadfinden, in: Matthias D. Witte (Hg.), Pfadfinden weltweit. Die Internationalität der Pfadfindergemeinschaft in der Diskussion, Wiesbaden 2015, S. 19–33.
- Kiess Walter, Urbanismus im Industriezeitalter. Von der klassizistischen Stadt zur Garden City, Berlin 2001.
- Klinger Magdalena, Pädagogischer Eros. Erotik in Lehr-/Lernbeziehungen aus kontextanalytischer und ideengeschichtlicher Perspektive, Berlin 2011.
- Klönne Arno, Eine deutsche Bewegung, politisch zweideutig, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Bd. 1, Darmstadt 2001, S. 31–35.
- Klotter Christoph, Einleitung. Vignetten zum Wandel der Gesundheits- und Krankheitsvorstellungen, in: Elmar Brähler et al. (Hg.), Wandel der Gesundheits- und Krankheitsvorstellungen, Lengerich 2018, S. 9–31.
- Knüsel Livia, Gesunde Ernährung im Dienst der Volksgesundheit. Ein gemeinsames Anliegen von Willi von Gonzenbach und Gottlieb Duttweiler 1925–1955, in: Katja Girschik/Albrecht Ritschl/Thomas Welskopp (Hg.), Der Migros-Kosmos. Zur Geschichte eines aussergewöhnlichen Schweizer Unternehmens, Baden 2003, S. 186–202.
- Kommer Sven, Musik in der Jugendbewegung, in: Dieter Baacke (Hg.), Handbuch Jugend und Musik, Opladen 1998, S. 195–216
- König Gudrun, Eine Kulturgeschichte des Spazierganges. Spuren einer bürgerlichen Praktik, 1780–1850, Wien/Köln/Weimar 1996.
- König Oliver, Nacktheit. Soziale Normierung und Moral, Opladen 1990.

- König Wolfgang, Geschichte der Konsumgesellschaft, Stuttgart 2000.
- Kosuch Carolin, Missratene Söhne. Anarchismus und Sprachkritik im Fin de Siècle, Göttingen/Bristol 2015.
- Krabbe Wolfgang R., Die Lebensreformbewegung, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Bd. 1, Darmstadt 2001, S. 25–29.
- Krabbe Wolfgang R., Gesellschaftsveränderung durch Lebensreform. Strukturmerkmale einer sozialreformistischen Bewegung im Deutschland der Industrialisierungsperiode, Göttingen 1974.
- Krabbe Wolfgang R., Lebensreform/Selbstreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 73–75.
- Krabbe Wolfgang R., Naturheilbewegung, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 77–85.
- Krämer Daniel, „Menschen grasten nun mit dem Vieh“. Die letzte grosse Hungerkrise der Schweiz 1816/17. Mit einer theoretischen und methodischen Einführung in die historische Hungerforschung, Basel 2015.
- Krebs Diethart/Reulecke Jürgen, Vorwort, in: Dies., (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 8.
- Kreis Reinhild, Selbermachen. Eine andere Geschichte des Konsumzeitalters, Frankfurt a. M. 2020.
- Künzler Maya, „Jetzt, da wir alle nach Bewegung suchen“. Der Schweizer Wandervogel – die erste, bürgerliche Jugendbewegung im Umfeld ihrer Zeit, Lizentiatsarbeit Universität Zürich 1991.
- Kuprecht Karl, Die Naturheilanstalt Fellenberg, in: Küssnacher Jahresblätter, 12 (1972), S. 56–65.
- Kurth Alexandra, Männer – Bünde – Rituale. Studentenverbindungen seit 1800, Frankfurt a. M. 2004.
- Kurz Daniel, Die Disziplinierung der Stadt. Moderner Städtebau in Zürich 1900 bis 1940, Zürich 2008.
- Kurzmeier Roman, Viereck und Kosmos. Künstler, Lebensreformer, Okkultisten, Spiritisten in Amden, 1901–1912: Max Nopper, Josua Klein, Fidus, Otto Meyer-Amden, Zürich 1999.
- Labhart Daniel, Das Schweizerische Landerziehungsheim Glarisegg. Ein Bezug zum Kanton Thurgau, in: Damian Miller/Jürgen Oelkers (Hg.), Reformpädagogik nach der Odenwaldschule – wie weiter? Weinheim/Basel 2014, S. 104–119.

- Labisch Alfons, *Homo Hygienicus. Gesundheit und Medizin in der Neuzeit*, Frankfurt a. M./New York 1992.
- Landesamt für Denkmalpflege Hessen (Hg.), *Die Frauensiedlung Loheland in der Rhön und das Erbe der europäischen Lebensreform. Beiträge zur Fachtagung am 29./30. Mai 2015 und zum Waggonia-Workshop am 8. Oktober 2015*, Darmstadt 2016.
- Landwehr Achim, *Historische Diskursanalyse*, Frankfurt a. M. 2008.
- Lange Werner, Hans Paasche, *die Freideutsche Jugend und das verlorene Afrika*, in: *Historische Jugendforschung. Jahrbuch des Archivs der deutschen Jugendbewegung*, 2 (2005), S. 57–68.
- Langer Lorenz, *Impfung und Impfwang zwischen persönlicher Freiheit und Schutz der öffentlichen Gesundheit*, in: *Zeitschrift für Schweizerisches Recht*, 136/1 (2017), S. 87–114.
- Laqueur Walter, *Die deutsche Jugendbewegung. Eine historische Studie*, Köln 1962.
- Latham J. E. M., *Search for a New Eden. James Pierrepont Greaves (1777–1842): The Sacred Socialist and His Followers*, Madison 1999.
- Lauw Gwan, *Die Kleingartenbewegung in der Schweiz*, Lörrach 1934.
- Leitzmann Claus/Keller Markus, *Vegetarische und vegane Ernährung*, Stuttgart 2020.
- Lenger Alexander/Schneickert Christian/Schumacher Florian, Pierre Bourdieu's Konzeption des Habitus, in: Dies. (Hg.), *Pierre Bourdieu's Konzeption des Habitus. Grundlagen, Zugänge, Forschungsperspektiven*, Wiesbaden 2013.
- Lengwiler Martin, *Im Zeichen der Degeneration. Psychiatrie und internationale Abstinenzbewegung im ausgehenden 19. Jahrhundert*, in: Judith Große/Francesco Spöring/Jana Tschurennev (Hg.), *Biopolitik und Sittlichkeitsreform. Kampagnen gegen Alkohol, Drogen und Prostitution 1880–1950*, Frankfurt/New York 2014, S. 85–110.
- Lengwiler Martin, *Risikopolitik im Sozialstaat. Die schweizerische Unfallversicherung 1870–1970*, Köln 2006.
- Lengwiler Martin/Madarasz Jeannette (Hg.), *Das präventive Selbst. Eine Kulturgeschichte moderner Gesundheitspolitik*, Bielefeld 2010.
- Lengwiler Martin/Rothenbühler Verena, *Macht und Ohnmacht der Ärzteschaft. Geschichte des Zürcher Ärzterverbands im 20. Jahrhundert*, Zürich 2004.
- Lengwiler Urs, *Das Stück Fleisch auf dem Teller. Fleischkonsum im Lauf der Zeit*, in: Simone Desiderato et al. (Hg.), *Fleisch für Zürich. 100 Jahre Schlachthof Zürich, 100 Jahre Metzgermeisterverein Zürich, 1909–2009*, Baden 2009, S. 75–91.

- Lenz Ilse, Die Neue Frauenbewegung in Deutschland. Abschied vom kleinen Unterschied, eine Quellensammlung, Wiesbaden 2008.
- Lepp Nicola/Roth Martin/Vogel Klaus (Hg.), Der Neue Mensch. Obsessionen des 20. Jahrhunderts, Ostfildern-Ruit 1999.
- Lesegesellschaft Bülach (Hg.), Heimgarten bei Bülach. Neujahrsblatt 1993, Bülach 1993.
- Levental Zdenko, Der „Sonnendoktor“ Arnold Rikli (1823–1906), in: Gesnerus, Swiss Journal of the History of Medicine and Sciences, 34/3-4 (1977), S. 394–403.
- Levi Giovanni/Schmitt Jean-Claude (Hg.), Geschichte der Jugend. Band 1, Von der Antike bis zum Absolutismus, Frankfurt a. M. 1996.
- Lienert Marina, Bircher-Benner im System der Ernährungsreform, in: Eberhard Wolff (Hg.), Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext, Baden 2010, S. 52–77.
- Linse Ulrich, „Der alte Shinto-Geist“ und die „Lebensreform“. Der Deutsch-Schweizer Werner Zimmermann (1893–1982) und seine drei Japan-Reiseberichte über das „geistige Nippon“, in: Inken Prohl, Hartmut Zinser (Hg.), Zen, Reiki, Karate. Japanische Religiosität in Europa, Hamburg 2002, S. 211–247.
- Linse Ulrich, „Wir sträuben uns auch ein wenig gegen fanatische Reformer“. Jugendbewegter Lebensstil oder lebensreformerische Jugendziehung? In: Ulrich Herrmann (Hg.), „Mit uns zieht die neue zeit...“. Der Wandervogel in der deutschen Jugendbewegung, Weinheim/München 2006, S. 205–231.
- Linse Ulrich, Asien als Alternative? Die Alternativkulturen der Weimarer Zeit. Reform des Lebens durch Rückwendung zu asiatischer Religiosität, in: Hans Kippenberg/Brigitte Luchesi (Hg.), Religionswissenschaft und Kulturkritik, Marburg 1991, S. 337–364.
- Linse Ulrich, Barfüssige Propheten. Erlöser der Zwanziger Jahre, Berlin 1983.
- Linse Ulrich, Der Vortrupp (1912–1921). Ein lebensreformerisches Organ des fortschrittlich-liberalen Konservatismus, in: Michel Grunewald/Uwe Puschner (Hg.), Le milieu intellectuel conservateur en Allemagne, sa presse et ses réseaux (1890–1960), Bern 2003, S. 377–406.
- Linse Ulrich, Die Freiluftkultur der Wandervögel, in: Willi Bucher/Klaus Pohl (Hg.), Schock und Schöpfung. Jugendästhetik im 20. Jahrhundert, Darmstadt 1986, S. 398–406.

- Linse Ulrich, Johannes Itten und Mazdaznan am Bauhaus, in: Bauhaus Imaginista Journal, 2019, (Onlineversion), <http://www.bauhaus-imaginista.org/articles/4787/johannes-itten-and-mazdaznan-at-the-bauhaus/de?0bbf55cef3073699d40c945ada9faf=2409303b37599ec16b7f2cacafa4ff5a> (18.06.2019).
- Linse Ulrich, Lebensreform und Reformreligionen, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Darmstadt 2001, S. 193–197.
- Linse Ulrich, Ökopax und Anarchie. Eine Geschichte der ökologischen Bewegungen in Deutschland, München 1986.
- Linse Ulrich, Zurück, o Mensch, zur Mutter Erde. Landkommunen in Deutschland, 1890–1933, München 1983.
- Locher Eva „Keimzellen einer einfachen, gesunden, friedlichen Lebensweise“. Zur Interaktion zwischen alten Lebensreformern und jungen Alternativen in der Schweiz in den 1970er Jahren, in: Detlef Siegfried/David Templin (Hg.), Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert, Göttingen 2019, S. 151–172.
- Locher Eva, Natürlich, nackt, gesund. Die Lebensreform in der Schweiz nach 1945, Frankfurt a. M. 2021.
- Locher Eva/Rindlisbacher Stefan, „Innere Verwandtschaft braucht keine Organisation“. Der Schweizerische Lichtbund im 20. Jahrhundert, in: Frank-Michael Kuhlemann/Michael Schäfer (Hg.), Kreise – Bünde – Intellektuellen-Netzwerke. Formen bürgerlicher Vergesellschaftung und politischer Kommunikation 1890–1960, Bielefeld 2017, S. 221–244.
- Locher Eva/Rindlisbacher Stefan/Schwab Andreas (Hg.), Ausstellungskatalog „Lebe besser! Auf der Suche nach dem idealen Leben“, Bern 2020.
- Loetz Francisca, Sexualisierte Gewalt in Europa 1520–1850. Zur Historisierung von „Vergewaltigung“ und „Missbrauch“, in: Geschichte und Gesellschaft, 35/4 (2009), S. 561–602.
- Loetz Francisca, Vom Kranken zum Patienten. „Medikalisierung“ und medizinische Vergesellschaftung am Beispiel Badens, 1750–1850, Stuttgart 1993.
- Lönnecker Harald, „...dienten stets auch der freundlichen Zusammenkunft“. Geselligkeit in akademischen Verbindungen und Vereinen an deutschsprachigen Hochschulen im 19. und frühen 20. Jahrhundert, in: Matthias Asche/Dietmar Klenke (Hg.), Von Professorenzirkeln, Studentenknäulen und akademischem Networking. Universitäre Geselligkeiten von der Aufklärung bis zur Gegenwart, Köln/Weimar/Wien 2017, S. 123–146.

- Loosen Livia, Deutsche Frauen in den Südsee-Kolonien des Kaiserreichs. Alltag und Beziehungen zur indigenen Bevölkerung, 1884–1919, Bielefeld 2014, S. 136–142.
- Lorber Curt Philipp, Die Freigeld- und Freilandtheorie von Silvio Gesell (1862–1930). Eine rezeptionsgeschichtliche Betrachtung unter besonderer Berücksichtigung von John Maynard Keynes, Frankfurt a. M. 2009.
- Lorenz Maren, Menschenzucht. Frühe Ideen und Strategien 1500–1870, Göttingen 2018.
- Maase Kaspar, Einleitung: Schund und Schönheit. Ordnung des Vergnügens um 1900, in: Ders./Wolfgang Kaschuba (Hg.), Schund und Schönheit. Populäre Kultur um 1900, Köln 2001, S. 9–28.
- Maines Rachel P., The Technology of Orgasm. „Hysteria“, the vibrator, and women’s sexual satisfaction, Baltimore 1999.
- Marroquin Denise (Hg.), Monte Verità. Utopie expressionniste (= Monte Verità. Expressionist Utopia), Genf 2016.
- Martschukat Jürgen, Das Zeitalter der Fitness. Wie der Körper zum Zeichen für Erfolg und Leistung wurde, Frankfurt a. M. 2019.
- Mathys Nora, Fotofreundschaften. Visualisierungen von Nähe und Gemeinschaft in privaten Fotoalben aus der Schweiz 1900–1950, Baden 2013.
- Maurer Donna, Vegetarianism. Movement or Moment? Philadelphia 2002.
- Meile Dieter, Die St. Galler Schorensiedlung, in: Unsere Kunstdenkmäler. Mitteilungsblatt für die Mitglieder der Gesellschaft für Schweizerische Kunstgeschichte, 34/2 (1983), S. 240–250.
- Melk-Haen Christina, Hans Eduard von Berlepsch-Valendas. Wegbereiter des Jugendstils in München und Zürich, Egg 1993.
- Melzer Jörg, Vollwerternährung. Diätetik, Naturheilkunde, Nationalsozialismus, sozialer Anspruch, Stuttgart 2003.
- Mergel Thomas, Modernisierung, in: Europäische Geschichte Online, <http://ieg-ego.eu/de/threads/modelle-und-stereotypen/modernisierung/thomas-mergel-modernisierung> (01.07.2020).
- Merki Christoph Maria, Zucker, in: Thomas Hengartner/Ders. (Hg.), Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 231–256.
- Merta Sabine, Schlank! Ein Körperkult der Moderne, Stuttgart 2008.
- Mesmer Beatrix (Hg.), Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900, Zürich 1997.

- Mesmer Beatrix, Gesundheit ist das höchste Gut, in: Dies. (Hg.), Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900, Zürich 1997, S. 87–132.
- Meyer-Renschhausen Elisabeth/Berger Hartwig, Bodenreform, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 265–276.
- Middell Matthias, Kulturtransfer und Historische Komparatistik. Thesen zu ihrem Verhältnis, in: *Comparativ. Zeitschrift für Globalgeschichte und vergleichende Gesellschaftsforschung*, 10/1 (2000), S. 7–41.
- Miller Damian/Oelkers Jürgen (Hg.), Reformpädagogik nach der Odenwaldschule – wie weiter? Weinheim/Basel 2014.
- Mintz Sidney Wilfred, Die süsse Macht, Kulturgeschichte des Zuckers, Frankfurt/New York 1987.
- Mogge Winfried, Aufbruch einer Jugendbewegung. Wandervogel: Mythen und Fakten, in: Sabine Weissler (Hg.), Fokus Wandervogel. Der Wandervogel in seinen Beziehungen zu den Reformbewegungen vor dem Ersten Weltkrieg, Marburg 2001, S. 9–25.
- Möhring Maren, Die Regierung der Körper. „Gouvernementalität“ und „Techniken des Selbst“, in: *Zeithistorische Forschungen/Studies in Contemporary History*, 3/2 (2006), S. 284–290.
- Möhring Maren, Essen als Selbsttechnik. Gesundheitsorientierte Ernährung um 1900, in: Norman Aselmeyer/Veronika Settele (Hg.), Geschichte des Nicht-Essens. Verzicht, Vermeidung und Verweigerung in der Moderne, Berlin 2018, S. 39–60.
- Möhring Maren, Marmorleiber. Körperbildung in der deutschen Nacktkultur (1890–1930), Köln 2004.
- Möhring Maren, Nacktheit und Sichtbarkeit, in: Jürgen Martschukat (Hg.), Geschichte schreiben mit Foucault, Frankfurt a. M./New York 2002, S. 151–169.
- Moll Jeanne, Psychoanalytische Pädagogik in der Schweiz, in: Hans Badertscher/Hans-Ulrich Grunder (Hg.), Geschichte der Erziehung und Schule in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert, Bern 1997, S. 127–163.
- Möller Matthias, Leben in Kooperation. Genossenschaftlicher Alltag in der Mustersiedlung Freidorf bei Basel (1919–1969), Frankfurt a. M. 2015.
- Mooser Josef, Die „Geistige Landesverteidigung“ in den 1930er Jahren, Profile und Kontexte eines vielschichtigen Phänomens der schweizerischen politischen Kultur in der Zwischenkriegszeit, in: *Schweizerische Zeitschrift für Geschichte*, 47/4 (1997), S. 685–708.

- Moser Peter, Mehr als eine Übergangszeit. Die Neuordnung der Ernährungsfrage während des Ersten Weltkriegs, in: Roman Rossfeld/Thomas Buomberger/Patrick Kury (Hg.), 14/18. Die Schweiz und der Grosse Krieg, Baden 2014, S. 172–199.
- Moser Peter, Mina Hofstetter-Lehner (1883–1967). Bäuerin und Forscherin, in: Andréa Kaufmann/Claudia Wirz/Ders. (Hg.), Drucken, backen, forschen. Pionierinnen der modernen Schweiz, Zürich 2016, S. 70–97.
- Moser Peter/Brodbeck Beat, Milch für alle. Bilder, Dokumente und Analysen zur Milchwirtschaft und Milchpolitik in der Schweiz im 20. Jahrhundert, Baden 2007.
- Moser Werner, Zucker. Geschichte und Bedeutung für die Schweiz, Bern 1987.
- Müller Andreas, Friedrich Salzmann. 31. August 1915 – 29. November 1990: Journalist, Radiomoderator, Schriftsteller, Nationalrat, Reinach 2013.
- Müller Fritz, Glanz und Elend der Seminardirektoren. Der Fall Schneider – ein Lehrstück, in: Vereinigung ehemaliger Schüler des Staatsseminars Bern-Hofwil (Hg.), Der Fall Schneider. Ein Lehrstück, Bern 1989, S. 5–23.
- Nägelin Karl, Hans Bernoulli 1876–1959, in: archithese. Zeitschrift und Schriftenreihe für Architektur und Kunst, 11/6 (1981), S. 5–8.
- Nägelin-Gschwind Karl/Nägelin-Gschwind Maya, Hans Bernoulli. Architekt und Städtebauer, Basel 1993.
- Németh András/Stöckl Claudia/Vincze Beatrix (Hg.), Survival of Utopias. Life Reform and Progressive Education in Austria and Hungary (= Weiterlebende Utopien. Lebensreformen und Reformpädagogik in Österreich und Ungarn), Frankfurt a. M. u. a. 2017.
- Neumann Daniela, Studentinnen aus dem Russischen Reich in der Schweiz (1867–1914), Zürich 1987.
- Niederhauser Rebecca, „Gemütliche Abende, Vorlesungen und Diskussionen“. Friedrich Feldberg-Egli und die Vegetarische Gesellschaft Zürich um 1900, in: Meret Fehlmann/Margot Michel/Dies. (Hg.), Tierisch! Das Tier und die Wissenschaft. Ein Streifzug durch die Disziplinen, Zürich 2016, S. 73–82.
- Niederhauser Rebecca, „Sich bei Gemüse und Obst amüsieren und in Wasser toastieren“? Vegetarismus in Zürich, in: Schweizerisches Archiv für Volkskunde, 107/1 (2011), S. 1–34.
- Niemeyer Christian, Mythos Jugendbewegung. Ein Aufklärungsversuch, Weinheim 2015.
- Niemeyer Christian, Nietzsche, die Jugend und die Pädagogik. Eine Einführung, Weinheim/München 2002.
- Nipperdey Thomas, Religion im Umbruch. Deutschland 1870–1918, München 1988.

- Nitschke Thomas, Lebensreform, neudeutsche Bewegung und völkisches Gedankengut im jungen Hellerau, in: Thomas Will/Ralph Lindner (Hg.), Gartenstadt. Geschichte und Zukunftsfähigkeit einer Idee, Dresden 2012, S. 118–127.
- Noschis Kaj, Monte Verità. Ascona et le génie du lieu, Lausanne 2011.
- O. A., Gartenstädte, in: Natur und Landschaft der Region Basel, <https://www.regionatur.ch/Themen/Siedlung/Gartenstaedte> (07.07.2019).
- Odermatt Lukas, Die Freiwirtschaftsbewegung in Baselland von 1932 bis 1943, Lizentiatsarbeit Universität Basel 2014.
- Oehme-Jüngling Karoline, Volksmusik in der Schweiz. Kulturelle Praxis und gesellschaftlicher Diskurs, Münster 2016.
- Oelkers Jürgen, Eros und Herrschaft. Die dunklen Seiten der Reformpädagogik, Weinheim/Basel 2011.
- Oelkers Jürgen, Eros und Herrschaft. Ein anderer Blick auf die Reformpädagogik – Vortrag in der Universität Bielefeld am 23. Juli 2010, in: <http://www.ife.uzh.ch/research/emeriti/oelkersjuergen/vortraegeprofoelkers/vortraege2010/Bielefelddef.pdf> (28.08.19).
- Oelkers Jürgen, Reformpädagogik und sexueller Missbrauch. Lehren für die Lehrerinnen- und Lehrerbildung, in: Beiträge zur Lehrerinnen- und Lehrerbildung, 32/3 (2014), S. 475–491.
- Oetke Herbert, Der deutsche Volkstanz, Berlin 1982.
- Onken Werner, Freiland – Freigeld, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 277–288.
- Onken Werner, Modellversuche mit sozialpflichtigem Boden und Geld, Lütjenburg, 1997.
- Onken Werner, Rudolf Zitzmann, in: Zeitschrift für Sozialökonomie, 88 (1991), S. 37–38.
- Onken Werner, Silvio Gesell in der Münchener Räterepublik. Eine Woche Volksbeauftragter für das Finanzwesen im April 1919, Oldenburg 2018.
- Onken Werner, Silvio Gesell und die Natürliche Wirtschaftsordnung. Eine Einführung in Leben und Werk, Lütjenburg 1999.
- Onken Werner/Bartsch Günter, Natürliche Wirtschaftsordnung unter dem Hakenkreuz. Anpassung und Widerstand, Lütjenburg 1997.
- Ossipow Laurence, La cuisine du corps et de l'âme. Approche ethnologique du végétarisme, du végétalisme, du crudivorisme et de la macrobiotique en Suisse, Neuchâtel 1994.

- Otte Gunnar, Hat die Lebensstilforschung eine Zukunft? Eine Auseinandersetzung mit aktuellen Bilanzierungsversuchen, in: *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 57/1 (2005), S. 1–31.
- Ouédraogo Arouna P., De la secte religieuse à l'utopie philanthropique. Genèse sociale du végétarisme occidental, in: *Annales. Histoire, Sciences Sociales*, 55/4 (2000), S. 825–843.
- Pack Birgit, 140 Jahre vegetarische Gastronomie, in: *Vegetarisch in Wien um 1900*, https://veggie.hypotheses.org/212#_ftn1 (07.02.19).
- Palluau Nicolas, La réception des travaux scouts de Pierre Bovet en France (1912-décennie 1930), in: *Paedagogica Historica*, 50/1-2 (2014), S. 93–108.
- Peeters Evert/van Molle Leen/Wils Kaat (Hg.), *Beyond Pleasure. Cultures of Modern Asceticism*, New York 2011.
- Petersen Andreas, *Radikale Jugend. Die sozialistische Jugendbewegung der Schweiz 1900–1930*, Zürich 2011.
- Pforte Dietger, Hans Surén. Eine deutsche FKK-Karriere, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989, S. 130–135.
- Pforte Dietger, Zur Freikörperkultur-Bewegung im nationalsozialistischen Deutschland, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), „Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur, Giessen 1989, S. 136–145.
- Piecha Oliver M., Wie der Antiimperialismus unter die deutsche Jugend kam. Der Plan für einen Weltbund der Jugend in der Weimarer Republik, in: *Historische Jugendforschung. Jahrbuch des Archivs der deutschen Jugendbewegung*, 2 (2005), S. 129–144.
- Pock Marlene, *Die Gitarre im deutschsprachigen Raum zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Bedeutung des volksmusikalischen Repertoires in der zeitgenössischen Unterrichtsliteratur*, Diplomarbeit Universität Graz 2011.
- Polivka Heinz, *Wider den Strom. Abstinente Verbindungen in der Schweiz*, Bern 2000.
- Pollak Guido, Modernisierung und Pädagogisierung individueller Lebensführung. Teilergebnisse des DFG-Projekts „Industrialisierung und Lebensführung“, in: *Zeitschrift für Berufs- und Wirtschaftspädagogik*, 87 (1991), S. 621–636.
- Pollen Annebella, *The Kindred of the Kibbo Kift. Intellectual Barbarians*, London 2016.
- Porter Dorothy, *Health, Civilization and the State. A History of Public Health From Ancient to Modern Times*, London 1999.
- Prahl Hans-Werner, *Soziologie der Freizeit*, Paderborn 2002.

- Prinz Michael, Genossenschaften, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 251–264.
- Proseke Matthias, Pädagogisierung und Systembildung. Das Pädagogische im gesellschaftlichen Umgang mit dem Dritte-Welt-Problem, in: Zeitschrift für Erziehungswissenschaft, 5/2 (2002), S. 279–298.
- Purtschert Patricia, Kolonialität und Geschlecht im 20. Jahrhundert, Eine Geschichte der weißen Schweiz, Bielefeld 2019.
- Purtschert Patricia/Lüthi Barbara/Falk Francesca (Hg.), Postkoloniale Schweiz. Formen und Folgen eines Kolonialismus ohne Kolonien, Bielefeld 2013.
- Purtschert Patricia/Tanner Jakob, Editorial, in: David Gugerli et al. (Hg.), Nach Feierabend, Zürcher Jahrbuch für Geschichte, 8 (2012), S. 7–19.
- Puschner Uwe, Der Erste Freideutsche Jugendtag auf dem Hohen Meißner am 11. und 12. Oktober 1913, in: Philippe Alexandre/Reiner Marcowitz (Hg.), L'Allemagne en 1913. Culture mémorielle et culture d'avant guerre/ Deutschland im Jahre 1913. Erinnerungs- und Vorkriegskultur, Nancy 2013, S. 139–155.
- Puschner Uwe, Die völkische Bewegung im wilhelminischen Kaiserreich. Sprache, Rasse, Religion, Darmstadt 2001.
- Puschner Uwe, Lebensreform und völkische Weltanschauung, in: Kai Buchholz et al. (Hg.), Die Lebensreform. Entwürfe zur Neugestaltung von Leben und Kunst um 1900, Darmstadt 2001, S. 175–178.
- Puschner Uwe, Mit Vollkornbrot und Nacktheit – Arbeit am völkischen Körper. Gustav Simons und Richard Ungewitter – Lebensreformer und völkische Weltanschauungsagenten, in: Karl Braun/Felix Linzner/John Khairi-Taraki (Hg.), Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“, Göttingen 2017, S. 77–93.
- Puschner Uwe, Weltanschauung und Religion – Religion und Weltanschauung. Ideologie und Formen völkischer Religion, in: zeitenblicke, 5/1 (2006), http://www.zeitenblicke.de/2006/1/Puschner/index_html (13.05.2021).
- Quindeau Ilka, Verführung und Begehren. Die psychoanalytische Sexualtheorie nach Freud, Stuttgart 2008.
- Radkau Joachim, Das Zeitalter der Nervosität. Deutschland zwischen Bismarck und Hitler, München 1998.
- Radkau Joachim, Die Ära der Ökologie. Eine Weltgeschichte, München 2011.
- Ramsauer Nadja, „Verwahrlost“. Kindswegnahmen und die Entstehung der Jugendfürsorge im schweizerischen Sozialstaat, 1900–1945, Zürich 2000.

- Ramsauer Nadja/Meyer Thomas, Blinder Fleck im Sozialstaat. Eugenik in der Deutschschweiz, in: *Traverse*, 2/2 (1995), S. 117–121.
- Ramseier Hans Georg, Die Entstehung und die Entwicklung des Landesringes der Unabhängigen bis 1943, Zürich 1973.
- Raschke Joachim, Soziale Bewegungen. Ein historisch-systematischer Grundriss, Frankfurt a. M. 1985.
- Reed Matthew, *Rebels for the Soil. The Rise of the Global Organic Food and Farming Movement*, London, Washington 2010.
- Regin Cornelia, Selbsthilfe und Gesundheitspolitik. Die Naturheilbewegung im Kaiserreich (1889 bis 1914), Stuttgart 1995.
- Reichardt Sven, Faschistische Kampfbünde. Gewalt und Gemeinschaft im italienischen Squadrismus und in der deutschen SA, Köln 2002.
- Reichardt Sven, Praxeologische Geschichtswissenschaft. Eine Diskussionsanregung, in: *Sozial.Geschichte*, 22/3 (2007), S. 43–65.
- Reiß Sven, „Renaissance des Eros paidikos“. Erotisch-sexuelle Leitbilder und Alltagspraxen in der deutschen Jugendbewegung, in: Karl Braun/Felix Linzner/John Khairi-Taraki (Hg.), *Avantgarden der Biopolitik. Jugendbewegung, Lebensreform und Strategien biologischer „Aufrüstung“*, Göttingen 2017, S. 61–75.
- Reiß Sven, Päderastie in der deutschen Jugendbewegung. Eine kulturwissenschaftliche Annäherung, in: *Zeitschrift für Pädagogik*, 62/5 (2016), S. 670–683.
- Rellstab Heinz, Findlinge. Hans Roelli, Liedermacher ‚avant la lettre‘, Luzern 2012, in: www.hslu.ch/de-ch/musik/campus/bibliothek/sondersammlung/sammlung-hans-roelli/ (02.06.20).
- Repussard Catherine (Hg.), *De la Lebensreform à l’altermondialisme. Métamorphoses de l’alternativité? (= Lebensreform – Antiglobalisierung. Metamorphose der Alternativbewegungen?)*, Strasbourg 2016.
- Repussard Catherine, Lebensreform im Schatten des Kilimandscharo. Freiland von Theodor Hertzka (1890), in: Marc Cluet/Dies. (Hg.), „Lebensreform“. Die soziale Dynamik der politischen Ohnmacht, Tübingen 2013, S. 267–281.
- Repussard Catherine, *Utopies coloniales autour de 1900. Monde germanophone et modernité*, Paris 2015.
- Rindlisbacher Stefan, Am Anfang war der Monte Verità? Zur Entstehung der Lebensreform in der Schweiz, in: Gabriele Guerra (Hg.), *Tra ribellione e conservazione. Monte Verità e la cultura tedesca*, Rom 2019, S. 41–54.
- Rindlisbacher Stefan, Irrwege aus der „modernen“ Industriegesellschaft. Eine kulturgeschichtliche Untersuchung zur Entstehung, Etablierung und

- Institutionalisierung der Schweizer Freikörperkulturbewegung, Masterarbeit Universität Freiburg 2012.
- Rindlisbacher Stefan, Jugendzeitschriften zwischen Wandervogel und Lebensreform (1904–1924), in: Aline Maldener/Clemens Zimmermann (Hg.), *Let's historize it! Jugendmedien im 20. Jahrhundert*, Köln 2018, S. 37–60.
- Rindlisbacher Stefan, *Naturisme. Avant-garde et les alpes (= Naturism, avant-garde and the alps)*, in: Denise Marroquin (Hg.), *Monte Verità. Utopie expressionniste (= Monte Verità. Expressionist Utopia)*, Genf 2016, S. 60–67.
- Rindlisbacher Stefan, *Popularisierung und Etablierung der Freikörperkultur in der Schweiz (1900–1930)*, in: *Schweizerische Zeitschrift für Geschichte*, 65/3 (2015), S. 393–413.
- Rindlisbacher Stefan/Locher Eva, *Abstinente Jugendliche im Höhenrausch. Nüchternheit, Leistung und gesunder Lebensstil in der Schweizer Abstinenz- und Lebensreformbewegung*, in: *Body Politics*, 6 (2018), S. 79–108.
- Rindlisbacher Stefan, *Der Körper in der Naturheilkunde. Die Geschichte einer ambivalenten Rationalisierung*, in: Cornelia Mügge/Stefan Rindlisbacher (Hg.), *Körper und Rationalität. Historische und ethische Perspektiven auf die Konstruktion und Rationalisierung von Körper und Körperlichkeit*, *theologie.geschichte*, Beiheft 10 (2020), S. 49–76.
- Rink Dieter, *Nachhaltige Lebensstile zwischen Ökorevisionismus und neuem Fundamentalismus, „grünem Luxus“ und „einfacher leben“. Zur Einführung*, in: Ders. (Hg.), *Lebensstile und Nachhaltigkeit*, 2002.
- Ritter Hans Jakob, *Psychiatrie und Eugenik. Zur Ausprägung eugenischer Denk- und Handlungsmuster in der schweizerischen Psychiatrie, 1850–1950*, Zürich 2009.
- Ritzmann Iris, *Hausordnung und Liegekur. Vom Volkssanatorium zur Spezialklinik: 100 Jahre Zürcher Höhenklinik Wald*, Zürich 1998.
- Ritzmann Iris, *Schauderberge. Die Schweiz als Krankheitslandschaft*, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 163–167.
- Rohrkramer Thomas, *Eine andere Moderne? Zivilisationskritik, Natur und Technik in Deutschland 1880–1933*, Paderborn u. a. 1999.
- Roscher Mieke, *Ein Königreich für Tiere. Die Geschichte der britischen Tierrechtsbewegung*, Marburg 2009.
- Rosen George, *A History of Public Health*, Baltimore 2015.
- Rosfeld Roman, *Ernährung im Wandel. Lebensmittelproduktion und -konsum zwischen Wirtschaft, Wissenschaft und Kultur*, in: Claudius Torp/Heinz Gerhard Haupt (Hg.), *Die Konsumgesellschaft in Deutschland 1890–1990*, Frankfurt/New York 2009, S. 27–45.

- Rossfeld Roman, Schweizer Schokolade. Industrielle Produktion und kulturelle Konstruktion eines nationalen Symbols 1860–1920, Baden 2007.
- Rossi Riccardo, Zwischen Kredit und Hypothek. Das strategische Expertentum Hans Bernoullis und die schweizerische Freiwirtschaftsbewegung, in: Sylvia Claus/Lukas Zurfluh (Hg.), Städtebau als politische Kultur. Der Architekt und Theoretiker Hans Bernoulli, Zürich 2018, S. 118–127.
- Roth Roland/Rucht Dieter, Einleitung, in: Dies., (Hg.), Die sozialen Bewegungen in Deutschland seit 1945. Ein Handbuch, Frankfurt a. M. 2008.
- Roth Sabina, Im Streit um Heilwissen. Zürcher Naturheilvereine anfangs des 20. Jahrhunderts, in: Hans Ulrich Jost/Albert Tanner (Hg.), Geselligkeit, Sozietäten und Vereine, Zürich 1991, S. 111–137.
- Rothschuh Karl Eduard, Naturheilbewegung, Reformbewegung, Alternativbewegung, Stuttgart 1983.
- Rucht Dieter, Das alternative Milieu in der Bundesrepublik. Ursprünge, Infrastruktur und Nachwirkungen, in: Sven Reichardt/Detlef Siegfried (Hg.), Das alternative Milieu Antibürgerlicher Lebensstil und linke Politik in der Bundesrepublik Deutschland und Europa 1968–1983, Göttingen 2010.
- Rucht Dieter, Modernisierung und neue soziale Bewegungen. Deutschland, Frankreich und USA im Vergleich, Frankfurt a. M. /New York 1994.
- Rucht Dieter/Roose Jochen, Von der Platzbesetzung zum Verhandlungstisch? Zum Wandel von Aktionen und Struktur der Ökologiebewegung, in: Dieter Rucht (Hg.), Protest in der Bundesrepublik. Strukturen und Entwicklungen, Frankfurt a. M./New York 2001, S. 173–210.
- Ruckstuhl Brigitte/Ryter Elisabeth, Von der Seuchenpolizei zu Public Health. Öffentliche Gesundheit in der Schweiz seit 1750, Zürich 2017.
- Ruckstuhl Brigitte/Ryter Elisabeth, Zwischen Verbot, Befreiung und Optimierung. Sexualität und Reproduktion in der Schweiz seit 1750, Luzern 2018.
- Rüdisühli Lorenz, Jenseits von Ehe und Familie? Alternative Modelle der Geschlechtsbeziehung in der Lebensreformbewegung Deutschlands und der Schweiz? Lizentiatsarbeit Universität Bern 2008.
- Rudolf Christl, Die Jugend und ihre Tänze, in: Elisabeth Korn/Otto Suppert/Karl Vogt (Hg.), Die Jugendbewegung. Welt und Wirkung; Zur 50. Wiederkehr des freideutschen Jugendtages auf dem Hohen Meißner, Düsseldorf 1963, S. 85–91.
- Sarasin Philipp et al. (Hg.), Bakteriologie und Moderne. Studien zur Biopolitik des Unsichtbaren 1870–1920, Frankfurt a. M. 2007.
- Sarasin Philipp, Reizbare Maschinen. Eine Geschichte des Körpers 1765–1914, Frankfurt a. M. 2001.

- Sarasin Philipp/Tanner Jakob (Hg.), *Physiologie und industrielle Gesellschaft. Studien zur Verwissenschaftlichung des Körpers im 19. und 20. Jahrhundert*, Frankfurt a. M. 1998.
- Sarasin Philipp/Thomä Dieter, *Biopolitik*, in: Stefan Gosepath/Wilfried Hinsch/Beate Rössler, *Handbuch der politischen Philosophie und Sozialphilosophie*, Berlin 2008, S. 147–152.
- Schade Rosemarie, *Ein weibliches Utopia. Organisationen und Ideologien der Mädchen und Frauen in der bürgerlichen Jugendbewegung 1905–1933*, Witzzenhausen 1996.
- Schäfer Daniel et al. (Hg.), *Gesundheitskonzepte im Wandel. Geschichte, Ethik und Gesellschaft*, Stuttgart 2008.
- Schär Bernhard, *Karies, Kulturpessimismus und KVG. Zur Geschichte der Zahnmedizin in der Schweiz*, in: *Traverse*, 15/2 (2008), S. 99–116.
- Schärer Martin R., *Ernährung und Essgewohnheiten*, in: Paul Hugger (Hg.), *Handbuch der schweizerischen Volkskultur*, Bd. 1, Zürich 1992, S. 253–288.
- Scharrer Markus, *Geld- und Bodenreform als Brücke zum sozialen Staat. Die Geschichte der Freiwirtschaftsbewegung in der Schweiz (1915–1952)*, Zürich 1983.
- Schauer Eberhard, *Anfänge des Laientanzes von der Jahrhundertwende bis 1918. Volkstanz, Definition und Einflüsse*, in: Volker Klotzsche (Hg.), *Der Tanz in der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts. Volkstanz – Jugendtanz*, Remscheid 1994, S. 9–19.
- Schauer Eberhard, Anna Helms, in: Volker Klotzsche (Hg.), *Der Tanz in der 1. Hälfte des 20. Jahrhunderts. Volkstanz – Jugendtanz*, Remscheid 1994, S. 32–36.
- Schmidt Gerhard, *Das geistige Vermächtnis von Gustav v. Bunge*, Zürich 1973.
- Schmidt-Linsenhoff Viktoria, *„Körperseele“, Freilichtakt und Neue Sinnlichkeit*, in: Michael Andritzky/Thomas Rautenberg (Hg.), *„Wir sind nackt und nennen uns Du“. Eine Geschichte der Freikörperkultur*, Giessen 1989, S. 124–129.
- Schneider Lukas M., *Die Politik des Bundes gegenüber projektierten Kolonisationsunternehmen in Argentinien und Brasilien. Ein Beitrag zur organisierten Auswanderung aus der Schweiz (1880–1939)*, Bern 1998.
- Schnetzer Dominik, *Bergbild und Geistige Landesverteidigung. Die visuelle Inszenierung der Alpen im massenmedialen Ensemble der modernen Schweiz*, Zürich 2009.
- Schrage Dominik, *Subjektivierung durch Konsum*, in: Karl-Siebert Rehberg (Hg.), *Die Natur der Gesellschaft. Verhandlungen des 33. Kongresses der*

- Deutschen Gesellschaft für Soziologie in Kassel 2006, Frankfurt a. M. 2008, S. 3952–3961.
- Schuhmann Maurice, Individualanarchismus. Staatskritik und alternative Gesellschaftsorganisation, in: Peter Seyferth (Hg.), *Den Staat zerschlagen! Anarchistische Staatsverständnisse*, Baden-Baden 2015, S. 85–104.
- Schürer Christian, *Der Traum von Heilung. Eine Geschichte der Höhenkur zur Behandlung der Lungentuberkulose*, Baden 2017.
- Schuster Marina, Fidus. Ein Gesinnungskünstler der völkischen Kulturbewegung, in: Uwe Puschner/Walter Schmitz/Justus H. Ulbricht (Hg.), *Handbuch zur „Völkischen Bewegung“ 1871–1918*, München u. a. 1996, S. 634–650.
- Schwab Andreas, *Monte Verità. Sanatorium der Sehnsucht*, Zürich 2003.
- Schwab Andreas, Ohne Hintergedanken? Ambivalente Stilisierung der Nacktheit auf dem Monte Verità, in: Kerstin Gernig (Hg.), *Nacktheit. Ästhetische Inszenierung im Kulturvergleich*, Köln 2002, S. 110–130.
- Schwab Andreas/Lafranchi Claudia (Hg.), *Sinnsuche und Sonnenbad. Experimente in Kunst und Leben auf dem Monte Verità*, Zürich 2001.
- Schwert Ulrich, Landerziehungsheimbewegung, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), *Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933*, Wuppertal 1998, S. 395–409.
- Seifert Annatina, Vom Feld in die Fabrik, in: Dies. (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 17–56.
- Seifert Annatina, Von der Idee zur Erfindung, in: Dies. (Hg.), *Dosenmilch und Pulversuppen. Die Anfänge der Schweizer Lebensmittelindustrie*, Vevey 2008, S. 57–80.
- Senne Stefan/Hesse Alexander, *Genealogie der Selbstführung. Zur Historizität von Selbsttechnologien in Lebensratgebern*, Bielefeld 2019.
- Sharma Avi, *We Lived for the Body. Natural Medicine and Public Health in Imperial Germany*, DeKalb 2014.
- Shprintzen Adam D., *The Vegetarian Crusade. The Rise of an American Reform Movement, 1871–1921*, Chapel Hill 2013.
- Siegel Monique R., *Weibliches Unternehmertum. Zürcherinnen schreiben Wirtschaftsgeschichte*, Zürich 1994.
- Siegenthaler Hansjörg, Die Schweiz 1850–1914, in: Hermann Kellenbenz et al. (Hg.), *Handbuch der europäischen Wirtschafts- und Sozialgeschichte*, Bd. 5, Stuttgart 1985, S. 443–473.

- Siegfried Detlef/Templin David (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019.
- Siegfried Detlef/Templin David, Einleitung der Herausgeber, in: Dies. (Hg.), *Lebensreform um 1900 und Alternativmilieu um 1980. Kontinuitäten und Brüche in Milieus der gesellschaftlichen Selbstreflexion im frühen und späten 20. Jahrhundert*, Göttingen 2019, S. 11–27.
- Skenderovic Damir/Späti Christina, *Die 1968er-Jahre in der Schweiz. Aufbruch in Politik und Kultur*, Baden 2012.
- Skiera Ehrenhard, *Lebensreform und Reformpädagogik*, in: Till-Sebastian Idel/Heiner Ullrich (Hg.), *Handbuch Reformpädagogik*, Weinheim/Basel 2017, S. 46–58.
- Skiera Ehrenhard, *Reformpädagogik in Geschichte und Gegenwart. Eine kritische Einführung*, München 2003.
- Smith Andrew, *The Cambridge Companion to Frankenstein*, Cambridge 2016.
- Späni Martina, *Der Bund und die Berufsbildung. Von der „verfassungswidrigen Praxis“ zum kooperativen Monopol*, in: Lucien Criblez (Hg.), *Bildungsraum Schweiz. Historische Entwicklung und aktuelle Herausforderungen*, Bern 2008, S. 183–217.
- Speitkamp Winfried, *Jugend in der Neuzeit. Deutschland vom 16. bis zum 20. Jahrhundert*, Göttingen 1998.
- Spencer Colin, *The Heretic's Feast. A History of Vegetarianism*, Hanover/London 1995.
- Spiekermann Uwe, *Aussenseiter und Wegbereiter. Die Rezeption Bircher-Benners im Deutschen Reich in den 1930er-Jahren*, in: Eberhard Wolff (Hg.), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010, S. 134–150.
- Spiekermann Uwe, *Künstliche Kost. Ernährung in Deutschland, 1840 bis heute*, Göttingen 2018.
- Spiekermann Uwe, *Übergewicht und Körperdeutungen im 20. Jahrhundert. Eine geschichtswissenschaftliche Rückfrage*, in: Henning Schmidt-Semisch et al. (Hg.), *Kreuzzug gegen Fette. Sozialwissenschaftliche Aspekte des gesellschaftlichen Umgangs mit Übergewicht und Adipositas*, Wiesbaden 2008, S. 35–55.
- Spiekermann Uwe, *Vollkorn für die Führer. Zur Geschichte der Vollkornbrotpolitik im „Dritten Reich“*, in: *Zeitschrift für Sozialgeschichte des 20. und 21. Jahrhunderts*, 16/1 (2001), S. 91–128.

- Spode Hasso, Alkoholische Getränke, in: Thomas Hengartner/Christoph Maria Merki (Hg.), *Genussmittel. Ein kulturgeschichtliches Handbuch*, Frankfurt a. M./New York 1999, S. 25–80.
- Spode Hasso, *Die Macht der Trunkenheit. Kultur- und Sozialgeschichte des Alkohols in Deutschland*, Opladen 1993.
- Spöring Francesco, „Du musst Apostel der Wahrheit werden“. Auguste Forel und der sozialhygienische Antialkoholdiskurs, 1886–1931, in: Judith Große/Francesco Spöring/Jana Tschurennev (Hg.), *Biopolitik und Sittlichkeitsreform. Kampagnen gegen Alkohol, Drogen und Prostitution 1880–1950*, Frankfurt/New York 2014, S. 111–144.
- Spöring Francesco, *Mission und Sozialhygiene. Schweizer Anti-Alkohol-Aktivismus im Kontext von Internationalismus und Kolonialismus, 1886–1939*, Göttingen 2017.
- Spretnak Charlene, *The Spiritual Dynamic in Modern Art. Art History Reconsidered, 1800 to the Present*, Basingstoke 2014.
- Stambolis Barbara (Hg.), *Die Jugendbewegung und ihre Wirkungen. Prägungen, Vernetzungen, gesellschaftliche Einflussnahme*, Göttingen 2015.
- Stambolis Barbara/Köster Markus, *Jugend-Bilder. Zur visuellen Geschichte „bewegter Jugend“*, in: Dies. (Hg.), *Jugend im Fokus von Film und Fotografie. Zur visuellen Geschichte von Jugendkulturen im 20. Jahrhundert*, Göttingen 2016.
- Stambolis Barbara/Reulecke Jürgen (Hg.), *100 Jahre Hoher Meißner (1913–2013). Quellen zur Geschichte der Jugendbewegung*, Göttingen 2015.
- Stapferhaus Lenzburg (Hg.), *A Walk on the Wild Side. Jugendszenen in der Schweiz von den 30er Jahren bis heute*, Zürich 1999.
- Steiger Thomas, *Die Produktion von Milch und Fleisch in der schweizerischen Landwirtschaft des 19. Jahrhunderts als Gegenstand bäuerlicher Entscheidungen. Das statistische Bild der Entwicklung der Rindviehhaltung und ihre ökonomische Interpretation*, Bern/Frankfurt a. M. 1982.
- Steigmeier Andreas, *Blauer Dunst. Zigarren aus der Schweiz, gestern und heute*, Baden 2002.
- Steinmann Martin, *Otto Kleiber, der „hochzuverehrende Herr Redakteur“. Die Neuerwerbung des Feuilleton Archivs durch die Universitätsbibliothek Basel*, in: *Librarium, Zeitschrift der Schweizerischen Bibliophilen Gesellschaft*, 49/1 (2006), S. 42–57.
- Stoff Heiko, *Diskurse und Erfahrungen. Ein Rückblick auf die Körpergeschichte der 90er Jahre*, in: *Zeitschrift für Sozialgeschichte des 20. und 21. Jahrhunderts*, 14/2 (1999), S. 142–160.

- Stoff Heiko, *Ewige Jugend. Konzepte der Verjüngung vom späten 19. Jahrhundert bis ins Dritte Reich*, Köln/Weimar/Wien 2004.
- Stoppel Dominik, *Der schweizerische Pfadfinderbund 1918 bis 1945*, Zürich 1996.
- Stuart Tristram, *The Bloodless Revolution. A Cultural History of Vegetarianism From 1600 to Modern Times*, New York/London 2006.
- Stüssi Alfred, 1. Teil – Biographie, in: Ders. (Hg.), Hans Roelli. *Leben und Werk*, Zürich 1965, S. 15–97.
- Suter Marcel, *Haltung und Bewegung*, in: Beatrix Mesmer (Hg.), *Die Verwissenschaftlichung des Alltags, Anweisungen zum richtigen Umgang mit dem Körper in der schweizerischen Populärpresse 1850–1900*, Zürich 1997, S. 177–197.
- Szeemann Harald, *Monte Verità. Berg der Wahrheit*, in: Ders. (Hg.), *Monte Verità – Berg der Wahrheit. Lokale Anthropologie als Beitrag zur Wiederentdeckung einer neuzeitlichen sakralen Topographie*, Milano 1978, S. 5–9.
- Tanner Jakob, *Die „Alkoholfrage“ in der Schweiz im 19. und 20. Jahrhundert*, in: W. Hermann Fahrenkrug (Hg.), *Zur Sozialgeschichte des Alkohols in der Neuzeit Europas*, Lausanne 1986, S. 147–168.
- Tanner Jakob, *Fabrikmahlzeit. Ernährungswissenschaft, Industriearbeit und Volksernährung in der Schweiz 1890–1950*, Zürich 1999.
- Tanner Jakob, *Facetten einer Kultur- und Sozialgeschichte des Kaffees*, in: Roman Rossfeld (Hg.), *Genuss und Nüchternheit. Geschichte des Kaffees in der Schweiz vom 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart*, Baden 2002, S. 10–19.
- Tanner Jakob, *Geschichte der Schweiz im 20. Jahrhundert*, München 2015.
- Tanner Jakob, *Körpererfahrung, Schmerz und die Konstruktion des Kulturellen*, in: *Historische Anthropologie*, 2/3 (1994), S. 489–502.
- Tavenrath Simone, *So wundervoll sonnengebräunt. Kleine Kulturgeschichte des Sonnenbadens*, Marburg 2000.
- Templin Christina, *Medialer Schmutz. Eine Skandalgeschichte des Nackten und Sexuellen im Deutschen Kaiserreich 1890–1914*, Bielefeld 2016.
- Tenorth Heinz-Elmar, *„Reformpädagogik“*. Erneuter Versuch, ein erstaunliches Phänomen zu verstehen, in: *Zeitschrift für Pädagogik*, 40/4 (1994), S. 585–604.
- Tenorth Heinz-Elmar, *Geschichte der Erziehung. Einführung in die Grundzüge ihrer neuzeitlichen Entwicklung*, Weinheim 2000.
- Teuteberg Hans Jürgen, *Vom „Gesundbrunnen“ in Kurbädern zur modernen Mineralwasserproduktion*, in: Rolf Walter (Hg.), *Geschichte des Konsums*.

- Erträge der 20. Arbeitstagung der Gesellschaft für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte, 23.-26. April 2003 in Greifswald, Stuttgart 2004, S. 123–157.
- Teuteberg Hans Jürgen, Zum Problemfeld Urbanisierung und Ernährung im 19. Jahrhundert, in: Ders. (Hg.), Durchbruch zum modernen Massenkonsum. Lebensmittelmärkte und Lebensmittelqualität im Städtewachstum des Industriezeitalters, Münster 1987, S. 1–36.
- Teuteberg Hans Jürgen/Wiegelmann Günter, Nahrungsgewohnheiten in der Industrialisierung des 19. Jahrhunderts, Münster 2005.
- Thiessen Malte, Im Zeitalter der Immunität, in: Einblicke. Das Forschungsmagazin, 30/60 (2015), S. 38–42.
- Thiessen Malte, Immunisierte Gesellschaft. Impfen in Deutschland im 19. und 20. Jahrhundert, Göttingen 2017.
- Thoms Ulrike, Körperstereotype. Veränderungen in der Bewertung von Schlankheit und Fettleibigkeit in den letzten 200 Jahren, in: Clemens Wischermann/Stefan Haas (Hg.), Körper mit Geschichte. Der menschliche Körper als Ort der Selbst- und Weltdeutung, Stuttgart/Wiesbaden 2000, S. 281–308.
- Thönnissen Karin, Johannes Itten. Leben mit Form und Farbe, Wiesbaden 2016.
- Thun Hans-Peter, Hans von Berlepsch-Valendàs 25.12.1890 – 18.3.1938. Eine Spurensuche, in: Reichwein Forum, 19 (2013), S. 23–40.
- Torp Claudius/Haupt Heinz Gerhard, Einleitung. Die vielen Wege der deutschen Konsumgesellschaft, in: Dies. (Hg.), Die Konsumgesellschaft in Deutschland 1890–1990. Ein Handbuch, Frankfurt/New York 2009, S. 9–24.
- Trechsel Rolf, Die Geschichte der Abstinenzbewegung in der Schweiz im 19. und frühen 20. Jahrhundert, Lausanne 1990.
- Treichler Hans Peter, Der Alltag tritt in den Ausstand. Die Badenfahrt, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 87–90.
- Treichler Hans Peter, Molken, Milch und Traubenberge. Neue Ansätze im Kurwesen, in: Graf Felix/Eberhard Wolff (Hg.), Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium, Baden 2010, S. 49–51.
- Treitel Corinna, Eating Nature in Modern Germany. Food, Agriculture, and Environment, c.1870 to 2000, Cambridge 2017.
- Troschke Anke, „Niemals werden kranke Modeaffen unserem Vaterlande Stützen sein“. Zur Kleidung des Wandervogels, in: Sabine Weißler (Hg.), Fokus Wandervogel. Der Wandervogel in seinen Beziehungen zu den Reformbewegungen vor dem Ersten Weltkrieg, Marburg 2001, S. 111–126.

- Uekötter Frank, Am Ende der Gewissheiten. Die ökologische Frage im 21. Jahrhundert, Frankfurt a. M. 2011.
- Ulbricht Justus H., Religiosität und Spiritualität, in: Diethart Kerbs/Jürgen Reulecke (Hg.), Handbuch der deutschen Reformbewegungen, 1880–1933, Wuppertal 1998, S. 495–498.
- Urban Hugh B., *Magia Sexualis. Sex, Magic, and Liberation in Modern Western Esotericism*, Berkeley 2006.
- Von Schnurbein Stefanie et al. (Hg.), *Völkische Religion und Krisen der Moderne. Entwürfe „arteigener“ Glaubenssysteme seit der Jahrhundertwende*, Würzburg 2001.
- Vogel Norbert, Grundtvigs Bedeutung für die deutsche Erwachsenenbildung. Ein Beitrag zur Bildungsgeschichte, Bad Heilbrunn 1994.
- Vögele Jörg/Woelk Wolfgang, Der „Wert des Menschen“ in den Bevölkerungswissenschaften vom ausgehenden 19. Jahrhundert bis zum Ende der Weimarer Republik. Ein Werkstattbericht, in: Rainer Mackensen (Hg.), *Bevölkerungslehre und Bevölkerungspolitik vor 1933*, Opladen 2002, S. 121–133.
- Vogt Gunter, Entstehung und Entwicklung des ökologischen Landbaus im deutschsprachigen Raum, Bad Dürkheim 2000.
- Volkart Silvia/Gloor Lukas, Karl Hügin, Zürich 1987.
- Vollmer Antje, *Die Neuwerkbewegung. Zwischen Jugendbewegung und religiösem Sozialismus*, Freiburg im Breisgau 2016.
- Von Paczensky Gert/Dünnebieber Anna, *Kulturgeschichte des Essens und Trinkens*, München 1999.
- Voswinckel Ulrike, *Freie Liebe und Anarchie. Schwabing – Monte Verità. Entwürfe gegen das etablierte Leben*, München 2009.
- Wahlen Stefan/Laamanen Mikko, Consumption, Lifestyle and Social Movements, in: *International Journal of Consumer Studies*, 39 (2015), S. 397–403.
- Walsdorf Hanna, *Bewegte Propaganda. Politische Instrumentalisierung von Volkstanz in den deutschen Diktaturen*, Würzburg 2010.
- Wamister Christof, Felix Moeschlin. *Leben und Werk*, Bern/Frankfurt a. M./Las Vegas 1982.
- Wamister Christof, Zwischen Freiwirtschaft und Fronten. Der andere Sonderegger oder die Irrfahrt des Severin Reinhard, in: *Appenzellische Jahrbücher*, 143 (2016), S. 82–100.
- Wanner Kurt, Hans Roelli und Walter Kern. Zwei Bündner Kurdirektoren der besonderen Art, in: *Bündner Monatsblatt, Zeitschrift für Bündner Geschichte, Landeskunde und Baukultur*, 102/4 (2015), S. 402–420.

- Weber Kaspar, „Es geht ein mächtiges Sehnen durch unsere Zeit“. Reformbestrebungen der Jahrhundertwende und Rezeption der Psychoanalyse am Beispiel der Biografie von Ernst Schneider 1878–1957, Bern 1999.
- Weber Max, Die protestantische Ethik und der Geist des Kapitalismus, Köln 2009.
- Wecker Regina, Vom Verbot Kinder zu haben und dem Recht keine Kinder zu haben. Zur Geschichte und Gegenwart der Sterilisation in Schweden, Deutschland und der Schweiz, in: Figurationen. Gender, Literatur, Kultur, 4/2 (2003), S. 101–119.
- Wedemeyer-Kolwe Bernd, „Der neue Mensch“. Körperkultur im Kaiserreich und in der Weimarer Republik, Würzburg 2004.
- Wedemeyer-Kolwe Bernd, Aufbruch. Die Lebensreform in Deutschland, Darmstadt 2017.
- Wedemeyer-Kolwe Bernd, Die Lebensreformbewegung, in: Uwe Puschner u. a. (Hg.), Laboratorium der Moderne, Frankfurt a. M. 2015, S. 115–127.
- Wedemeyer-Kolwe Bernd, Leibesübungen, in: Wolfgang Keim/Ulrich Schwerdt (Hg.), Handbuch der Reformpädagogik in Deutschland (1890–1933), Bd. 2, Frankfurt a. M. 2013, S. 1169–1188.
- Wegmann Milène, Früher Neoliberalismus und europäische Integration. Interdependenz der nationalen, supranationalen und internationalen Ordnung von Wirtschaft und Gesellschaft (1932–1965), Baden-Baden 2002.
- Weinert Sebastian, Der Körper im Blick. Gesundheitsausstellungen vom späten Kaiserreich bis zum Nationalsozialismus, Berlin 2017.
- Weinmann Ute, Normalität und Behindertenpädagogik. Historisch und normalismustheoretisch rekonstruiert am Beispiel repräsentativer Werke von Jan Daniel Georgens, Heinrich Marianus Deinhardt, Heinrich Hanselmann, Linus Bopp und Karl Heinrichs, Opladen 2003.
- Weipert Matthias, „Mehrerung der Volkskraft“. Die Debatte über Bevölkerung, Modernisierung und Nation 1890–1933, Paderborn 2006.
- Werner Michael/Zimmermann Bénédicte, Vergleich, Transfer, Verflechtung. Der Ansatz der Histoire croisée und die Herausforderung des Transnationalen, in: Geschichte und Gesellschaft, 28/4 (2002), S. 607–636.
- Werner Uwe, Das Unternehmen Weleda 1921–1945. Entstehung und Pionierzeit eines menschengemäßen und nachhaltig ökologischen Unternehmens, Berlin 2014.
- Whorton James C., Nature Cures. The History of Alternative Medicine in America, Oxford/New York 2002.

- Widmer Marina/Zatti Kathrin Barbara, Zwischen Birchermüesli und Lebensphilosophie. Dagmar Liechti-von Brasch 1911–1993, Chefärztin der Bircher-Benner-Klinik, Zürich 2008.
- Wiede Wiebke, Subjekt und Subjektivierung, Version: 2.0, in: Docupedia-Zeitgeschichte, 26.10.2019, http://docupedia.de/zg/Wiede_subjekt_und_subjektivierung_v2_de_2019 (13.04.2020).
- Williams John Alexander, Ecstasies of the Young. Sexuality, the Youth Movement, and Moral Panic in Germany on the Eve of the First World War, in: *Central European History*, 34/2 (2001), S. 163–189.
- Wirz Albert, Die Moral auf dem Teller. Dargestellt an Leben und Werk von Max Bircher-Benner und John Harvey Kellogg, zwei Pionieren der modernen Ernährung in der Tradition der moralischen Physiologie, Zürich 1993.
- Wirz Tanja, Gipfelstürmerinnen. Eine Geschlechtergeschichte des Alpinismus in der Schweiz 1840–1940, Baden 2007.
- Witzig Heidi, Einkaufen in der Stadt Zürich um die Jahrhundertwende, in: Jakob Tanner et al. (Hg.), *Geschichte der Konsumgesellschaft. Märkte, Kultur und Identität (15. - 20. Jahrhundert)*, Zürich 1998, S. 133–146.
- Wolf Walter, Faschismus in der Schweiz. Die Geschichte der Frontenbewegungen in der deutschen Schweiz, 1930–1945, Zürich 1969.
- Wolff Eberhard (Hg.), *Lebendige Kraft. Max Bircher-Benner und sein Sanatorium im historischen Kontext*, Baden 2010.
- Wolff Eberhard, Funktionsweisen von Gesundheitsberatung im Medienensemble. Das Modell „Bircher-Benner“, in: Michael Simon et. (Hg.), *Bilder, Bücher, Bytes. Zur Medialität des Alltags*, Münster 2009, S. 83–99.
- Wolff Eberhard, Medizinkritik der Impfgegner im Spannungsfeld zwischen Lebenswelt und Wissenschaftsorientierung, in: Martin Dinges (Hg.), *Medizinkritische Bewegungen im Deutschen Reich (ca. 1870 bis ca. 1933)*, Stuttgart 1996, S. 79–108.
- Wolff Eberhard, Moderne Diätetik als präventive Selbsttechnologie. Zum Verhältnis heteronomer und autonomer Selbstdisziplinierung zwischen Lebensreformbewegung und heutigem Gesundheitsboom, in: Martin Lengwiler/Jeannette Madarász (Hg.), *Das präventive Selbst. Eine Kulturgeschichte moderner Gesundheitspolitik*, Bielefeld 2010, S. 169–201.
- Wolff Eberhard, Über das Impfen, in: *Schweizerische Ärztezeitung*, 100/25 (2019), S. 868.
- Wolff Eberhard, Über die Unfolklorisierbarkeit des Birchermüeslis und die Pluralität von Identitäten, in: Gabriela Muri/Cornelia Renggli/Gisela Unterweger (Hg.), *Die Alltagsküche. Bausteine für alltägliche und festliche Essen (Festschrift für Ueli Gyr)*, Zürich 2005, S. 88–92.

- Wolff Eberhard, Zauber-Berge und Heile Welten, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 9–14.
- Wolff Eberhard, Zwischen „Zauberberg“ und „Zuchthaus“. Das Sanatorium „Lebendige Kraft“ von Max Bircher-Benner, in: Felix Graf/Eberhard Wolff (Hg.), *Zauberberge. Die Schweiz als Krafraum und Sanatorium*, Baden 2010, S. 27–30.
- Wolfsberg Carlo, *Heilpädagogik und Eugenik. Zur Geschichte der Heilpädagogik in der deutschsprachigen Schweiz (1800–1950)*, Zürich 2002.
- Yates Luke, Rethinking Prefiguration. Alternatives, Micropolitics and Goals in Social Movements, in: *Social Movement Studies*, 14/1 (2015), S. 1–21.
- Zander Helmut, *Anthroposophie in Deutschland. Theosophische Weltanschauung und gesellschaftliche Praxis 1884–1945*, Bd. 1, Göttingen 2008.
- Zander Helmut, Rudolf Steiner. *Die Biografie*, München/Zürich 2011.
- Zemp Jörg, *Mazdaznan in der Schweiz. Die Aryana-Kolonie in Herrliberg von 1915–1929*, Norderstedt 2018.
- Zorn Wolfgang, Die Physiokratie und die Idee der individualistischen Gesellschaft, in: *Vierteljahrschrift für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte*, 47/4 (1960), S. 498–507.
- Zulliger Jürg, Eigeninitiative war entscheidend. Kleine Geschichte der Eisenbahner-Baugenossenschaften in der Schweiz, in: *Wohnen*, 77/7-8 (2002), S. 2–5.
- Zumdick Wolfgang, Der Hügel von Dornach, in: Jolanthe Kugler (Hg.), *Architekturführer Goetheanumhügel. Die Dornacher Anthroposophen-Kolonie*, Sulgen 2011, S. 13–33.
- Zürcher Regula, *Von Apfelsaft bis Zollifilm. Frauen für die Volksgesundheit*, Hünibach 1996.

9. Abbildungsnachweis

Abbildung 1:	Sebastian Kneipp, Meine Wasser-Kur. Durch mehr als 30 Jahre erprobt und geschrieben zur Heilung der Krankheiten und Erhaltung der Gesundheit, Kempten 1889, S 82.	58
Abbildung 2:	Fondazione Monte Verità, Fondo Harald Szeemann.	85
Abbildung 3:	Volksgesundheit, 26/11 (1933), S. 189.	106
Abbildung 4:	Paul Häusle, Schweizer Führer für Reformen und Vegetarier, Zürich 1932, S. 16 f.	185
Abbildung 5:	Schweizerisches Sozialarchiv, Zürich, Bestand „Wandervogel“: F5000-Fx-362.	231
Abbildung 6:	Schweizerisches Sozialarchiv, Zürich, Bestand „Wandervogel“: F5000-Fx-109.	237
Abbildung 7:	Wandervogel, 1/5 (1909), S. 33.	240
Abbildung 8:	Schweizerisches Sozialarchiv, Zürich, Bestand „Wandervogel“: F5000-Dx-431.	248
Abbildung 9:	Tau, 11/123 (1934).	307
Abbildung 10:	Archiv der deutschen Jugendbewegung, Witzenhausen, Foto: Julius Groß: AdjB, F 1 Nr. 533/202	321
Abbildung 11:	Die neue zeit, 2/2 (1930).	342
Abbildung 12:	Archiv der deutschen Jugendbewegung, Witzenhausen, Foto: Julius Groß: AdjB, F 1 Nr. 193/34	362

Zivilisationen & Geschichte / Civilizations & History / Civilisations & Histoire

Herausgegeben von / edited by / dirigée par Ina Ulrike Paul und / and / et Uwe Puschner

- Bd. / Vol. 1 Ljiljana Heise: KZ-Aufseherinnen vor Gericht. Greta Bösel – „another of those brutal types of women“? 2009.
- Bd. / Vol. 2 Ivonne Meybohm: Erziehung zum Zionismus. Der Jüdische Wanderbund Blau-Weiß als Versuch einer praktischen Umsetzung des Programms der Jüdischen Renaissance. 2009.
- Bd. / Vol. 3 Tamara Or: Vorkämpferinnen und Mütter des Zionismus. Die deutsch-zionistischen Frauenorganisationen (1897-1938). 2009.
- Bd. / Vol. 4 Sonja Knopp: „Wir lebten mitten im Tod“. Das „Sonderkommando“ in Auschwitz in schriftlichen und mündlichen Häftlingserinnerungen. 2010.
- Bd. / Vol. 5 Vera Kallenberg: Von „liederlichen Land-Läuffern“ zum „asiatischen Volk“. Die Repräsentation der ‚Zigeuner‘ in deutschsprachigen Lexika und Enzyklopädien zwischen 1700 und 1850. Eine wissenschaftliche Untersuchung. 2010.
- Bd. / Vol. 6 Stefan Gerbing: Afrodeutscher Aktivismus. Interventionen von Kolonisierten am Wendepunkt der Dekolonisierung Deutschlands 1919. 2010.
- Bd. / Vol. 7 Karena Kalmbach: Tschernobyl und Frankreich. Die Debatte um die Auswirkungen des Reaktorunfalls im Kontext der französischen Atompolitik und Elitenkultur. 2011.
- Bd. / Vol. 8 Monika Brockhaus: „Ein Ereignis von weltgeschichtlicher Bedeutung“. Die Balfour-Deklaration in der veröffentlichten Meinung. 2011.
- Bd. / Vol. 9 Klaus Geus (Hrsg.): Utopien, Zukunftsvorstellungen, Gedankenexperimente. Literarische Konzepte von einer „anderen“ Welt im abendländischen Denken von der Antike bis zur Gegenwart. 2011.
- Bd. / Vol. 10 Gregor Hufenreuter: Philipp Stauff. Zur Geschichte des Deutschvölkischen Schriftstellerverbandes, des Germanen-Ordens und der Guido-von-List-Gesellschaft. Ideologe, Agitator und Organisator im völkischen Netzwerk des Wilhelmminischen Kaiserreichs. 2011.
- Bd. / Vol. 11 Ghazal Ahmadi: Iran als Spielball der Mächte? Die internationalen Verflechtungen des Iran unter Reza Schah und die anglo-sowjetische Invasion 1941. 2011.
- Bd. / Vol. 12 Thomas Brünner: Public Diplomacy im Westen. Die Presseagentur *Panorama DDR* informiert das Ausland. 2011.
- Bd. / Vol. 13 Jonas Kleindienst: Die Wilden Cliques Berlins. „Wild und frei“ trotz Krieg und Krise. Geschichte einer Jugendkultur. 2011.
- Bd. / Vol. 14 Anne Katherine Kohlrausch: Literarische Selbstverortung als historische Handlung. *The Travels of Dean Mahomet*, 1794. 2011.
- Bd. / Vol. 15 Reinhard Blänkner: „Absolutismus“. Eine begriffsgeschichtliche Studie zur politischen Theorie und zur Geschichtswissenschaft in Deutschland, 1830-1870. 2011.
- Bd. / Vol. 16 Jens Flemming, Klaus Saul, Peter-Christian Witt (Hrsg.), unter Mitarbeit von Simona Lavaud: Lebenswelten im Ausnahmezustand. Die Deutschen, der Alltag und der Krieg, 1914-1918. 2011.
- Bd. / Vol. 17 Philipp Küsgens: Horizonte nationaler Musik. Musizierergesellschaften in Süddeutschland und der Deutschschweiz 1847-1891. 2012.
- Bd. / Vol. 18 Anette Dietrich / Ljiljana Heise (Hrsg.): Männlichkeitskonstruktionen im Nationalsozialismus. Formen, Funktionen und Wirkungsmacht von Geschlechterkonstruktionen im Nationalsozialismus und ihre Reflexion in der pädagogischen Praxis. 2013.
- Bd. / Vol. 19 David Hamann: Gunther Ipsen in Leipzig. Die wissenschaftliche Biographie eines „Deutschen Soziologen“ 1919-1933. 2013.
- Bd. / Vol. 20 Richard Faber / Uwe Puschner (Hrsg.): Intellektuelle und Antiintellektuelle im 20. Jahrhundert. 2013.

- Bd. / Vol. 21 Nicola Kristin Karcher / Anders G. Kjøstvedt (eds.): *Movements and Ideas of the Extreme Right in Europe. Positions and Continuities*. 2013.
- Bd. / Vol. 22 Klaus Geus / Elisabeth Irwin / Thomas Poiss (Hrsg.): *Herodots Wege des Erzählens. Logos und Topos in den Historien*. 2013.
- Bd. / Vol. 23 Alina Soroceanu: *Niceta von Remesiana. Seelsorge und Kirchenpolitik im spätantiken unteren Donauraum*. 2013.
- Bd. / Vol. 24 Horst Junginger / Andreas Åkerlund (eds.): *Nordic Ideology between Religion and Scholarship*. 2013.
- Bd. / Vol. 25 Richard Faber (Hrsg.): *Totale Erziehung in europäischer und amerikanischer Literatur*. 2013.
- Bd. / Vol. 26 Silke Segler-Meßner / Isabella von Treskow (éd.): *Génocide, enfance et adolescence dans la littérature, le dessin et au cinéma*. 2014.
- Bd./Vol. 27 Michael Meyer : *Symbolarme Republik? Das politische Zeremoniell der Weimarer Republik in den Staatsbesuchen zwischen 1920 und 1933*. 2014.
- Bd./Vol. 28 Enno Schwanke: *Die Landesheil- und Pflegeanstalt Tiegenhof. Die nationalsozialistische Euthanasie in Polen während des Zweiten Weltkrieges*. 2014.
- Bd./Vol. 29 Christina Stange-Fayos: *Publizistik und Politisierung der Frauenbewegung in der wilhelminischen Epoche. Die Zeitschrift Die Frau (1893–1914). Diskurs und Rhetorik*. 2014.
- Bd./Vol. 30 Susanne Wein: *Antisemitismus im Reichstag. Judenfeindliche Sprache in Politik und Gesellschaft der Weimarer Republik*. 2014.
- Bd./Vol. 31 Uwe Puschner / Christina Stange-Fayos / Katja Wimmer (Hrsg.): *Laboratorium der Moderne. Ideenzirkulation im Wilhelminischen Reich / Laboratoire de la modernité. Circulation des idées à l'ère wilhelminienne*. 2015.
- Bd./Vol. 32 Simona Lavaud: *Gleichberechtigung und Gleichwertigkeit? Jüdische Wohlfahrt in der Weimarer Republik zwischen privaten Initiativen und öffentlichem Engagement am Beispiel der Berliner Gemeinde*. 2015.
- Bd./Vol. 33 Annika Haß: *Der Verleger Johann Friedrich Cotta (1764-1832) als Kulturvermittler zwischen Deutschland und Frankreich. Frankreichbezüge, Koeditionen und Übersetzungen. Mit einem Vorwort von Hans-Jürgen Lüsebrink*. 2015.
- Bd./Vol. 34 Joris Corin Heyder / Christine Seidel (eds.): *Re-Inventing Traditions. On the Transmission of Artistic Patterns in Late Medieval Manuscript Illumination*. 2015.
- Bd./Vol. 35 Tetyana Pavlush: *Kirche nach Auschwitz zwischen Theologie und Vergangenheitspolitik. Die Auseinandersetzung der evangelischen Kirchen beider deutscher Staaten mit der Judenvernichtung im „Dritten Reich“ im politisch-gesellschaftlichen Kontext*. 2015.
- Bd./Vol. 36 Luiz Estevam de Oliveira Fernandes / Luisa Rauter Pereira / Sérgio da Mata (eds.): *Contributions to Theory and Comparative History of Historiography. German and Brazilian Perspectives*. 2015.
- Bd./Vol. 37 Alexandra Ludewig: *Zwischen Korallenriff und Stacheldraht. Interniert auf Rottnef Island, 1914-1915*. 2015.
- Bd./Vol. 38 Michel Lefèvre / Katharina Mucha-Tummuseit / Rainer Hünecke (Hrsg.): *Rhetorik und Kulturen*. 2016.
- Bd./Vol. 39 Ursula Konnertz / Sibylle Mühleisen (Hrsg.): *Bildung und Schlüsselqualifikationen. Zur Rolle der Schlüsselqualifikationen an den Universitäten*. 2016.
- Bd./Vol. 40 Ernst Baltrusch / Uwe Puschner (Hrsg.): *Jüdische Lebenswelten. Von der Antike bis zur Gegenwart*. 2016.
- Bd./Vol. 41 Luitgard Sofie Löw: *Gottessohn und Mutter Erde auf bronzezeitlichen Felsbildern. Herman Wirth und die völkische Symbolforschung*. 2016.

- Bd./Vol. 42 Johanna Heinen: Ein „jüdisches“ Mäzenatentum für moderne französische Kunst? Das Fallbeispiel der Nationalgalerie im Berlin der wilhelminischen Ära (1882-1911). Eine kultur- und sozialhistorische Studie. 2016.
- Bd./Vol. 43 Matthias Loeber: Völkische Bewegung zwischen Weser und Ems. Richard von Hoff und die Nordische Gesellschaft in Bremen und Nordwestdeutschland. 2016.
- Bd./Vol. 44 Barbara von Hindenburg: Die Abgeordneten des Preußischen Landtags. Biographie – Herkunft – Geschlecht. 2017.
- Bd./Vol. 45 Barbara von Hindenburg (Hrsg. und Bearb.): Biographisches Handbuch der Abgeordneten des Preußischen Landtags. Verfassungsgebende Preußische Landesversammlung und Preußischer Landtag 1919-1933. 2017.
- Bd./Vol. 46 Dirk Hainbuch: Das Reichsministerium für Wiederaufbau. Die Abwicklung des Ersten Weltkrieges: Reparationen, Kriegsschäden-Beseitigung, Opferentschädigung und der Wiederaufbau der deutschen Handelsflotte 1919 bis 1924. 2016.
- Bd./Vol. 47 Alexandra Esche: Hitlers «völkische Vorkämpfer»: Die Entwicklung nationalsozialistischer Kultur- und Rassenpolitik in der Baum-Frick-Regierung 1930-1931. 2017.
- Bd./Vol. 48 Mirjam Neusius: Herrschaftslegitimation und Kulturtransfer in der habsburgischen Lombardei. Die Zeitschrift «Biblioteca italiana» und die deutsche Kultur (1815–1830). 2017.
- Bd./Vol. 49 Peter L. Münch-Heubner: Sanfter Paternalismus. Entstehung, Geschichte und Gegenwart des Sozial- und Interventionsstaates in Australien. 2017.
- Bd./Vol. 50 Richard Faber / Uwe Puschner (Hrsg.): Luther – zeitgenössisch, historisch, kontrovers. 2017.
- Bd./Vol. 51 Florian Krobb: Vorkoloniale Afrika-Penetrationen. Diskursive Vorstöße ins «Herz des großen Continents» in der deutschen Reiseliteratur (ca. 1850-1890). 2017.
- Bd./Vol. 52 Winfried Mogge: Wilhelm Branco (1844-1928). 2018.
- Bd./Vol. 53 Etienne Dubsloff: Oser plus de social-démocratie. La récréation et l'établissement du Parti social-démocrate en RDA (1989–1990). 2019.
- Bd./Vol. 54 Markus Bierkoch: Völkische Werbung in den USA. Die Ortsgruppe New York des Alldutschen Verbandes in den ersten beiden Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts. 2019.
- Bd./Vol. 55 Ina Ulrike Paul / Sylvia Schraut (Hrsg.): Rassismus in Geschichte und Gegenwart. Eine interdisziplinäre Analyse. 2019.
- Bd./Vol. 56 Bérénice Zunino: Die Mobilmachung der Kinder im Ersten Weltkrieg. Kriegskultur und illustrierte Kriegskinderliteratur im Deutschen Kaiserreich (1911–1918). 2019.
- Bd./Vol. 57 Stefan Noack / Christine de Gemeaux / Uwe Puschner (Hrsg.): Deutsch-Ostafrika. Dynamiken europäischer Kulturkontakte und Erfahrungshorizonte im kolonialen Raum. 2019.
- Bd./Vol. 58 Lisa Sophie Gebhard / David Hamann (Hrsg.): Deutschsprachige Zionismen. Verfechter, Kritiker und Gegner, Organisationen und Medien (1890–1938). 2019.
- Bd./Vol. 59 Catherine Mazellier-Lajarrige / Ina Ulrike Paul / Christina Stange-Fayos (Hrsg./éds.): Geschichte ordnen – L'Histoire mise en ordre. Interdisziplinäre Fallstudien zum Begriff „Generation“ – Études de cas interdisciplinaires sur la notion de « génération ». 2019.
- Bd./Vol. 60 Claudius Kiene: Karl Spiecker, die Weimarer Rechte und der Nationalsozialismus. Eine andere Geschichte der christlichen Demokratie. 2020.
- Bd./Vol. 61 David Bordiehn / Christian Köhler / Stefan Noack / Susanne Wein (Hrsg.): Ausgrenzende politische Ideologien. Akteure, Organisationen und Programmatiken. Festschrift zu Ehren von Uwe Puschner. Unter Mitarbeit von Marit Bergner, Markus Börner, Etta Grotrian, Henning Holsten, Katja Kaiser, Sonja Knopp, Manuel Pauli, Katrin Riedel, Johannes Zechner, Eva Zimmermann sowie Tamara Or und Felix Wiedemann. 2020.

- Bd./Vol. 62 Annette Grohmann-Nogarède: L'hebdomadaire *Die Zukunft* (1938-1940) et ses auteurs (1899-1979) : Penser l'Europe et le monde au XXe siècle. 2020.
- Bd./Vol. 63 Isabell Scheele: Les relations transimpériales. L'exemple du Togo allemand et du Dahomey français à l'apogée de l'impérialisme européen. Mit einer ausführlich deutschen Zusammenfassung. 2021.
- Bd./Vol. 64 Luise Dumas: Automobile et cinéma : un long-métrage. Une étude du motif de l'automobile à l'exemple du cinéma allemand. 2021.
- Bd./Vol. 65 Jens Flemming: Arbeit am Geist der Zeit: Journalisten, Schriftsteller, Professoren. Zur geistigen Physiognomie Deutschlands zwischen Kaiserreich und Bundesrepublik. 2021.
- Bd./Vol. 66 Katja Kaiser: Wirtschaft, Wissenschaft und Weltgeltung. Die Botanische Zentralstelle für die deutschen Kolonien am Botanischen Garten und Museum Berlin (1891–1920). 2021.
- Bd./Vol. 67 Laurent Dedryvère / Patrick Farges / Indravati Félicité / Elisa Goudin (Hrsg./éd.): Transimpérialités contemporaines / Moderne Transimpérialitäten. Rivalités, contacts, émulation / Rivalitäten, Kontakte, Wetteifer. 2021.
- Bd./Vol. 68 Theresa Angenlahr: Der Kölner Lischka-Prozess. NS-Verbrechen und Erinnerungskultur in der Bundesrepublik Deutschland und in Frankreich. 2021.
- Bd./Vol. 69 Michel Grunewald: Das „Dritte Reich“ im Visier. Interpretationen, Urteile, Strategien der Action française, 1933-1945. 2021.
- Bd./Vol. 70 Françoise Lartillot / Ina Ulrike Paul (Hrsg./éds.): Der Erste Weltkrieg in Literatur, Künsten und Wissenschaft – La Première Guerre mondiale dans la littérature, les arts et les sciences. Kriegserfahrung und intellektuelle Gegenwehr – Expérience de la guerre et résistance intellectuelle. 2022.
- Bd./Vol. 71 David Bordiehn: Manfred Gerlach, LDP(D) – Eine politische Biographie. 2022.
- Bd./Vol. 72 Stefan Rindlisbacher: Lebensreform in der Schweiz (1850–1950). Vegetarisch essen, nackt baden und im Grünen wohnen. 2022.