

## Kohlrabi-Apostel und der Garten Eden

Von Noura Mahdhaoui

- Karl Wilhelm Diefenbach und andere Lebensreformer - die Vorfahren des Mainstream-Öko-Lifestyles.



Ein Lichtbad von Freikörpern, zu sehen in der Schau "Einfach. Natürlich. Leben" .© Archiv der deutschen Jugendbewegung, Witzenhausen

"Ich bin Flexitarier", heißt es immer öfter, wenn man Bekannte zum Essen einladen möchte. Flexitarier, das bedeutet, man isst zwar Fleisch, kauft es aber nicht oder selten. Dabei geht es um bewussten Konsum und gesunde Ernährung. Überhaupt scheint es einen deutlichen Trend zu geben rund um das Thema Ernährung und Lebenshygiene. Wurde man früher noch schief angeschaut, wenn man kein Fleisch aß, muss man sich als Vegetarier heute in manchen Kreisen fast rechtfertigen, warum man nicht vegan lebt.

Aber nicht nur Obst und Gemüse werden bewusster eingekauft. Von der Gesichtscreme über das Bier bis hin zum Baumwoll-Shirt, überall findet sich das Label "Bio" oder "Öko" wieder. Streng nach der Devise "back to nature" betreiben die Menschen bis ins Silicon Valley heute Urban-Gardening, und immer mehr Städter ziehen sich aufs Land zurück. Wir machen Yoga und Green-Smoothie-Diäten und sogar das Scham- und Achselhaar sind wieder salonfähig geworden. Viele greifen auf alternative Medizin zurück und Waldorf-Pädagogik ist den meisten ein Begriff und für immer mehr junge Eltern eine Überlegung wert. Große Unternehmen wie SoundCloud bieten in ihren Büros frisches Obst für die Mitarbeiter an und auf den Büroraum-Terrassen werden Kräuter

angebaut. Es gibt neue, integrative, generationenübergreifende Wohnformen: Wie ich esse, wie ich wohne, wie ich arbeite, mit wem ich lebe, all das steht zur Diskussion.

### **In Kutte und Sandalen**

Doch wer denkt, dieser Trend sei ein neuzeitliches Phänomen, der irrt. Denn neu ist dieser keineswegs. Vor gut hundert Jahren begann eine Bewegung, von der wir heute noch zehren. Schon damals machte man sich Gedanken, wie man einfacher, gesünder leben kann. Bereits im letzten Drittel des 19. Jahrhunderts gab es Vegetarier, Antialkoholiker, Naturheiler, Naturschützer, Wandervögel, Reformpädagogen, Propheten der freien Liebe, der Nacktkultur, der östlichen Weisheiten und eines naturnahen Lebens.

Die Lebensreform-Bewegung um 1900 war die Suche nach einem alternativen, einem besseren Leben. Um die Jahrhundertwende erreichte diese Bewegung ihren ersten Höhepunkt, bis sie in den 30er Jahren unter den Nazis teilweise vereinnahmt oder gleichgeschaltet wurde. Die damalige Lebensreform-Bewegung kritisierte die negativen Folgen der Industrialisierung. Sie forderten eine Rückbesinnung auf den Naturzustand. Ihr Reformeifer erfasste die Ernährung, Bekleidung, Pädagogik und die Medizin. Aus grauer Städte Mauern galt es auszubrechen und den Körper und den Geist zu heilen von den Auswirkungen der Moderne. Man suchte einen Gegenentwurf zu einer rationalen Industriegesellschaft und rückte die einfache menschliche Existenz und ihre Bedürfnisse ins Zentrum der Betrachtung.

Eine der wichtigsten Persönlichkeiten der Lebensreform-Bewegung war der Maler Karl Wilhelm Diefenbach. Nach dem Studium an der Münchener Kunstakademie fing er an, seinen Lebensstil in Kutte und Sandalen zu verkünden. Wer einen "mit Salz und Pfeffer einbalsamierten Thierleichen" verzehre, betreibe "schändlichen Bestialismus". Diefenbach propagierte die fleischlose Ernährung. Aber auch Freikörperkultur und die Abwendung von Religion und der Monogamie. Selbst von Typhus geheilt, war er außerdem überzeugter Naturheilkundler.

### **Freikörper-Ausdruckstanz**

Als Künstler verzeichnete Diefenbach Ende der 1880er Jahre große Erfolge und versuchte mit monumentalen spätsymbolistischen Gemälden für seine Ideen zu werben. 1892 zieht Diefenbach mit seinen Kindern von München nach Wien, um dort seine Gemälde auszustellen. Als Künstler immer berühmter, findet der "Kohlrabi-Apostel" aber auch in Österreich nur wenige Anhänger seiner Lebensreform. Ein Konflikt infolge von Betrügereien bei der Leitung des Österreichischen Kunstvereins bringt den Maler Mitte der 1890er Jahre um all seine Werke und treibt ihn in den finanziellen Ruin. Er flieht nach Ägypten, um dort Tempelbauten zu entwerfen, kehrt 1897 aber zurück nach Wien. In Ober-St.-Veit gründet der selbsternannte Prophet im selben Jahr die umstrittene Landkommune "Himmelhof".

24 junge Männer und Frauen leben in der Kommune das Modell eines "besseren Lebens". Unter ihnen auch Gusto Gräser. Stark beeinflusst von Diefenbachs Ideologien, gründet Gräser nach dem Scheitern der Kommune Himmelhof 1897 die lebensreformerische Künstlerkolonie "Monte Verita" in Ascona in der Schweiz. Zusammen mit seinem Bruder Karl Gräser, dem Belgier Henri Oedenkoven und der Münchener Pianistin Ida Hofmann errichten sie auf dem sogenannten "Hügel der Wahrheit" um 1900 eine gesellschaftliche Utopie, die sich zum Zentrum alternativer Bewegungen entwickelt: Lebensreform, Vegetarismus, Anthroposophie, Freikörperkultur, freie Liebe, Psychoanalyse, Ausdruckstanz, Pazifismus und Theosophie werden hier gelebt.

Die Kolonie entwickelte sich auch zum Zentrum politischen Widerstandes gegen die autoritären Regime des späten 19. und frühen 20. Jahrhunderts und zieht damit viele Intellektuelle dieser Zeit an. Während des Ersten Weltkriegs sammeln sich Pazifisten, Verweigerer und Flüchtlinge auf dem Schweizer Monte Verita, um dort ein besseres Leben zu führen und mit der Natur und sich in Einklang zu gelangen. Hermann Hesse, Gerhart Hauptmann oder auch Ernst Bloch zählen zu den berühmtesten Bewohnern der Schweizer Friedenskolonie.

Auch in Deutschland wollte man Paradiese auf Erden schaffen. In Brandenburg wurde die Gartenstadt Eden in der Nähe von Oranienburg gegründet. Sie sollte eine Oase eines besseren gesünderen Lebens sein. Bruno Wilhelmi, Mitglied des 1892 gegründeten Vegetarierbundes, beschreibt den Weltverbesserer-Plan so: "Das Paradies ist ein Garten. In einen Garten wollen wir unseren Acker verwandeln, in einen Garten, der alle Sinne entzückt. In Eden herrscht Geselligkeit. Zu fruchtbarer Geselligkeit werden wir uns alle Grundbedingungen schaffen: Gesundheit, erworben und erhalten durch reine Nahrung, Betätigung im Freien, Pflege des Körpers mit Hilfe von Licht, Luft und Wasser, Sorgenlosigkeit als Folge unserer leicht befriedigten, geringen körperlichen Bedürfnisse."

### **Alle Parteien vertreten**

Auch der Zeitzeuge Franz Oppenheimer, Sozialist und Soziologe, schwärmte in seinen Lebenserinnerungen von der Oase Eden: "Wer eine rechte Herzensfreude erleben will, mag einem der Feste in Eden beiwohnen. Er wird noch niemals so viele rotwangige, klaräugige Kinder auf einer Stelle zusammen gesehen haben; und er kann sich überzeugen, daß echte Fröhlichkeit auch bei Kaffee und alkoholfreien Fruchtsäften möglich ist." Und über die Politik in Eden schreibt er: "So sind hier alle Parteien und Richtungen vertreten, vom Hakenkreuzler bis zum extremen Kommunisten, und so gut wie jede geistige Bewegung Deutschlands wirft hierhin ihre Wellen. Aber das alles führt zu keiner Disharmonie, sondern ergibt im Zusammenklang aller der Stimmen eher eine Harmonie; es bringt Leben in die kleine Dorfschaft, ohne ihre Einigkeit je ernstlich zu bedrohen; denn sie ruht auf der unerschütterlichen Grundlage des gemeinsamen Grundbesitzes und der sicheren Versorgung durch ihn. Hier gehört alles der Genossenschaft, nicht nur der Boden, sondern auch die Häuser."

Kaum jemand denkt heute daran, dass auch die Genossenschaftsbewegung, die Friedensbewegung, Sportvereine, Frauenemanzipation ihre entscheidenden Anregungen aus der Lebensreform-Bewegung erhalten haben. Landlust, Fitness, Gesundheit - was heute in der Mitte der Gesellschaft angekommen ist, waren damals Ideen und Utopien von Außenseitern, Spinnern, die dafür oft genug ihre Existenz aufs Spiel setzten. Heute hat der Öko-Lifestyle Einzug in den Mainstream gefunden. Man kann ihn überall kaufen: Wer Bio-Obst essen möchte, der muss nicht mehr ins Reformhaus gehen, sondern findet dies bei Hofer an der nächsten Ecke.