

Dampfbäder waren Bestandteil von Arnold Riklis Wasser-Luft-Licht-Therapie.

Digital Library of Slovenia (<http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC:6FQWBNJ5?lang=eng>)

Der nackte Sonnendoktor

An Naturheiler Arnold Rikli schieden sich die Geister. Seine ganzheitliche Therapieform mit Nacktbaden verwirklichte er in einer eigenen Heilanstalt. Nicht in der Schweiz, sondern im heutigen Slowenien. Das inspirierte, denn der Monte Verità geht letztlich auf Rikli zurück.



Michael van Orsouw

Michael van Orsouw ist promovierter Historiker, Bühnenpoet und Schriftsteller. Er veröffentlicht regelmässig historische Bücher.

Eigentlich hatten die Eltern sich etwas ganz Anderes mit ihrem Sohn im Sinn: Dass dieser einst ein «Narendoktor» und «Robinson der Alpen» werden würde, hätte niemand gedacht. 1823 kam Arnold Rikli in Wangen an der Aare zur Welt, sein Vater Abraham Friedrich Rikli war einflussreicher Politiker und erfolgreicher Besitzer einer Färberei. So begann auch Arnold Rikli im Alter von 20 Jahren seine berufliche Laufbahn als Betriebsassistent in der väterlichen Färberei. Doch der junge Mann hatte schon damals andere Interessen als sein Vater: Er brannte für die Naturheilkunde und machte damit Experimente.



Altstadt von Wangen an der Aare auf einer Zeichnung von Ludwig Rudolf von Effinger, um 1845.
Schweizerisches Nationalmuseum (<https://permalink.nationalmuseum.ch/100188719>)

Man muss sich vergegenwärtigen: Wir sprechen von der Mitte des 19. Jahrhunderts, als die Industrialisierung und die Aufrüstung der Landwirtschaft viele unerwünschte Nebenwirkungen zeigten. Beispielsweise die Verarmung der Arbeiterschaft oder gesundheitliche Beeinträchtigungen. Rachitis, Asthma und Tuberkulose, aber auch Krankheiten

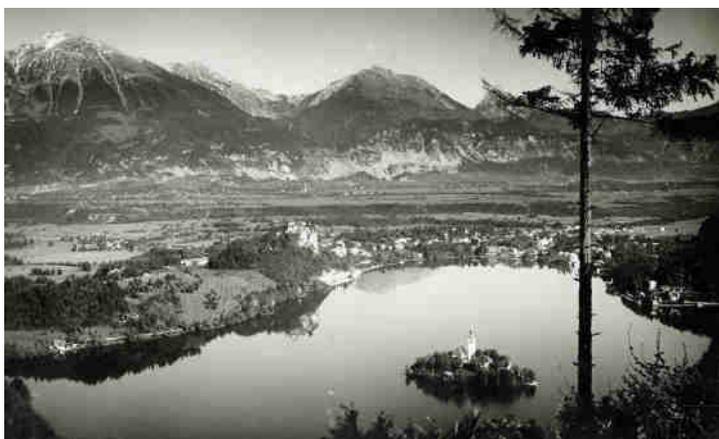
wegen Vitaminmangel bestimmten einen beelendenden Alltag.

Rikli nahm das wahr und beschäftigte sich mit der Heilkraft des Wassers, der Luft und der Sonne. Um der väterlichen Fuchtel zu entkommen, heiratete er schon mit 21 Jahren und wanderte ein Jahr später aus. 1845 gründete er mit seinen Brüdern Karl und Rudolf eine Garnfäberei in Seebach in Oberkärnten. Auch hier fühlte er sich mehr der Naturheilkunde und der «Wasserheilkunst», wie er sie nannte, verbunden: «Ich fing an, unsern kranken Arbeitern Rath zu erteilen mit hydriatischen Anwendungsformen.» Zudem pröbelte er an neuen Gerätschaften herum und konstruierte einen originellen Bettdampf-Apparat und bekam in der Umgebung den Namen «Wasserarzt». Erste gute Resultate mit seiner Heilkunst führten dazu, dass er ganz auf dieses Gebiet setzen wollte.



Porträt von Arnold Rikli, um 1870.
Vojko Zavodnik (<https://www.arnoldriklibled.com/>)

1854, im Alter von 31 Jahren, zog Arnold Rikli einen Schlussstrich unter das Färbergewerbe und siedelte um, damit er sich ganz seiner Passion widmen konnte. Er kam nicht zurück in seine Heimat, weil seine Vision mit der Nacktkultur in der pruden Schweiz nicht realisierbar gewesen wäre. Deshalb liess sich Rikli mit seiner Familie am Rande eines Alpensees in Veldes nieder und gründete eine eigene Heilanstalt. Damals war der Ort Teil der Habsburger Monarchie und zählte zur Region Oberkrain; heute heisst der Ort Bled und liegt in Slowenien.



Bled als Motiv einer Postkarte, um 1935.
Národní muzeum ([https://en.esbirky.cz/subject/6342729#googtrans\(en\)](https://en.esbirky.cz/subject/6342729#googtrans(en)))

Rikli, der Selfmademan, behandelte meistens chronische, nicht lebensbedrohende Symptome von Kranken durchaus mit Erfolg, sodass er schon bald eine Jüngerschaft der «Riklianer» hinter sich scharen konnte – sie wurden scherzeshalber wegen ihrer spärlichen Bekleidung auch «Rikli-Indianer» genannt. Seinen Patientinnen und Patienten verordnete Rikli kombinierte Wasser-Luft-Licht-Therapien. Das klingt etwas abstrakt, denn im Konkreten empfahl er

seinen Gästen etwas ganz Einfaches: Sie sollten sich nackt in den Rikli'sche Luftparks an der freien Luft bewegen, turnen und baden. Zudem empfahl Rikli vegetarische Diät.

Der «Sonnenarzt», wie man ihn nannte, empfing die Kranken stets barfuss und nur minimal gekleidet. Es gibt Bilder, die zeigen ihn unbekleidet bis auf ein Höschen, das aussieht wie eine Stoffwindel. Was heute merkwürdig bis albern wirkt, war damals umstritten und verwegen. Rikli war der Pionier der Nacktkultur schlechthin, lange vor Naturismus, Freikörperkultur und Nudismus. Bei seinen Kuren setzte er auf den Wechselreiz von Wasser, Luft und Licht, welcher das körperliche und seelische Gleichgewicht wiederherstellen sollte. Rikli verkürzte sein Motto mit einem Reim:

Wasser tut's freilich, alles doch nicht, noch höher die Luft steht, am höchsten das Licht!

Arnold Rikli

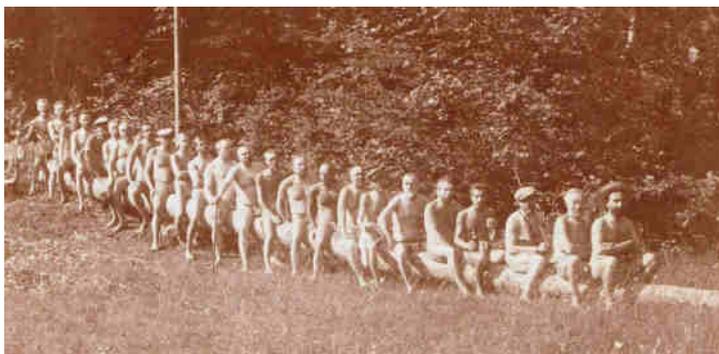


Der «Sonnearzt» war in Veldes in seinem Element, um 1875.
Vojko Zavodnik (<https://www.arnoldriklibled.com/>)

Damit schuf sich der selbsternannte Arzt Rikli, der nie eine Universität von innen gesehen hatte, keine Freunde. Zum einen versties er mit dem Nacktbaden gegen die gängigen Moralvorstellungen, gerade im streng katholischen Veldes, wo Rikli sogar mit dem Teufel gleichgesetzt wurde.

Zudem machte er folgenreiche Fehler. In grenzenloser Selbstüberschätzung behandelte er auch schwere Krankheitsfälle und scheiterte mit seinen Therapieformen: Pockenranke etwa starben an seiner Behandlung! Er feindete die Schulmedizin als «phantastisches therapeutisches Lehrgebäude» an, bestritt die Wirkung von Impfungen, hielt Operationen für unnötig und bezweifelte grundsätzlich den Wert wissenschaftlicher Studien.

Prompt wurde er immer wieder von Ärzten angefeindet und vor Gericht gezerrt. Diese nannten ihn nicht den «Sonnearzt», sondern den «Narrenarzt». Rikli war das egal, er verbreitete seine teils kruden Ansichten in heilkundlichen Publikationen, die grosse Verbreitung fanden. Riklis Fazit nach jahrelangem Kampf: «Das Volk wäre viel gesünder, wenn wir keine Ärzte besässen.»



Riklis Therapien setzen auf viel Haut. Das gefiel nicht allen.
Vojko Zavodnik (<https://www.arnoldriklibled.com/>)

Das Selbstbewusstsein des Naturheilers Rikli gründete auf seinen Erfolgen. Es kamen zwar nicht die Arbeiter von Fabriken, die er eigentlich therapieren wollte, sondern gut gestellte Bürgerinnen und Bürger aus den Grossstädten der k. und k.-Monarchie, die sich die verhältnismässig kostspieligen Kuren leisten konnten. 56 «Lufthütten» standen den Gästen zur Verfügung, sodass 1895 sogar der Bau eines zweiten Kurhauses nötig wurde. Dank Rikli entwickelte

sich Velde (später Bled) bald zu einem führenden Kurbad. Der Schweizer setzte den zuvor touristisch unerschlossenen Ort auf die internationale Landkarte, sogar der jugoslawische Staatspräsident Tito machte Bled zu seiner Sommerresidenz – heute zählt der malerische Ort mit dem See zu einem der touristischen Highlights von Slowenien.

Keimzelle des Monte Verità

In Riklis Heilanstalt erhielten sich auch der bekannte Literat Franz Kafka oder der Anthroposoph Rudolf Steiner. Ebenso verbrachte hier der ehemalige Offizier Karl Gräser seinen Kuraufenthalt. Er schloss bei den Licht- und Lufthütten Riklis Bekanntschaft mit Ida Hofmann, einer aus Sibirien stammenden Klavierlehrerin, und mit Henri Oedenkoven, dem Sohn und Erben eines bedeutenden belgischen Industriellen. Gemeinsam war ihnen, dass sie die bürgerlichen Konventionen verabscheuten und ein Leben in Freiheit suchten. Sie diskutierten und gründeten daraufhin im Jahr 1900 mit weiteren Aussteigern eine eigene Institution, den Monte Verità (<https://blog.nationalmuseum.ch/2019/11/tessin-die-sonnens-tube/>) in Ascona, übrigens ebenfalls mit «Licht Lufthütten» nach Riklischem Vorbild.

Während der Monte Verità weltbekannt wurde, geriet Riklis Kuranstalt in Bled nach dem Zusammenbruch der Donaumonarchie und hinter dem eisernen Vorhang in Vergessenheit. In den letzten Jahren aber änderte sich das und Slowenien bemühte sich aktiv um Gäste auch aus der Schweiz.



Arnold Riklis Lufthütten wurden vielenorts kopiert.
Vojko Zavodnik (<https://www.arnoldriklibled.com/>)

währet, dabei der Luft freien Durchzug gestattet und auch derart Abhluß ermöglicht, daß von außen niemand eindringen kann. Sie besteht nur aus Brettern und Balken, hat drei feste Wände, an deren oberem Ende verschiebbare Klappen angebracht sind, und eine offene Wand, welche mit Latten verschlossen wird und die Türe enthält. Außerdem sind von innen dicke Vorhänge vorzuhängen, wenn man den Einblick verwehren will. Unter dem Fußboden streicht die Luft gleichfalls durch, denn die Hütte steht auf vier Pfählen.

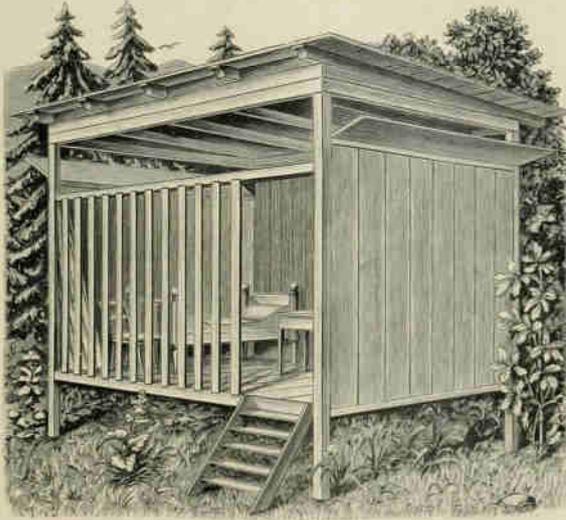


Fig. 128. Lufthütte. Nach 1809, erfunden von Dr. Jöhler-Zürcher.

Sie gewährt so viel Raum, daß Bett, Tisch, Stühle und Schrank aufgestellt werden können. Gefahrlos kann man in der Hütte ein nächtliches Gewitter übersehen, und ängstlichen Gewittern bringt der Lattenverschluß Verhütung; Feuchtigkeit aber dringt nirgends ein.

Es gibt verschiedene Arten von Lufthütten, wir haben jedoch nur der vorstehenden den Vorzug geben können, da sie tatsächlich allen Ansprüchen genügt. Solche, die direkt dem Erdboden aufliegen, bekommen bald faulige, feuchte Dielen und geben allerlei Ungeziefer Gelegenheit, sich im Holz ein-

Nicht nur im Tessin, sondern auch an vielen anderen Orten macht en Riklis Lufthütten Schule.

Internet Archive

(<https://archive.org/details/diefraulshaus00fiscuoft/page/172/mode/2up>)

Dementsprechend würdige Slowenien den Schweizer Kurpionier mit einer Gedenkmedaille, der *Medalja Arnolda Riklija*. Und in Bled selber finden seither *«Riklis Sporttage»* statt, aber auch das *«Tennisturnier Rikli»*, die *«Rikli Wanderung»*, das *«Rikli-Minigolfturnier»* oder das *«Rikli-Schachturnier»*. Und ein Rikli-Denkmal steht im Wald. Heute steht der Name Rikli im Kurort allgegenwärtig.

Publiziert am: 27.07.2022