

# Das Baden Der Römer grösstes Vergnügen

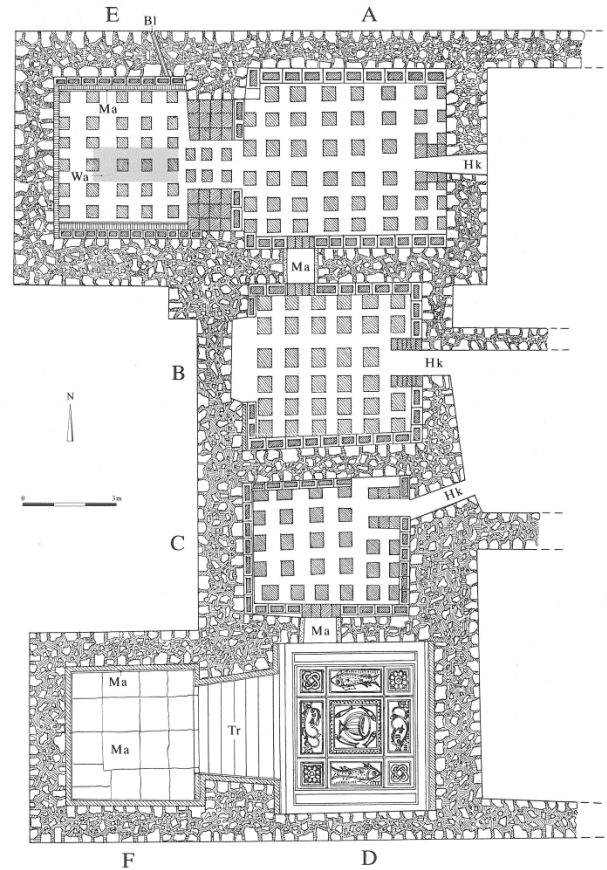
## Wirtschaft der römischen Zeit

Der Wohnkomfort einer Römervilla gipfelte in einem eigenen Bad. Fast bei den meisten archäologisch untersuchten Villenruinen konnten solche Bäder ausgegraben werden. Dabei handelte es sich nicht um Badezimmer, wie sie heute in Gebrauch sind, sondern um ausgedehnte Anlagen, die oft in einem separaten Gebäudetrakt untergebracht waren.

Die Bäder konnten mittels eines ausgeklügelten Bodenheizsystems angenehm warm gehalten werden. Der Aufwand, den die Römer beim Baden betrieben, ist legendär. Zur Grundausstattung eines Bades gehörten ein Umkleideraum, ein Warmbad, ein Heissbad und ein Kaltbad. Öffentliche, städtische Thermen verfügten manchmal auch über offene Schwimmbecken und sogar Sportanlagen im Freien.

Ein Standarddurchgang im Römerbad sah folgendermassen aus: Zuerst entledigte man sich im Umkleideraum der Kleidung. Man badete nackt, jedoch nach Geschlechtern getrennt. Im Kaltbad wusch man sich dann von Staub und Schmutz. Da die Seife noch nicht erfunden war, reinigte man sich mit Körperöl: Nach dem Auftragen und Einwirken wurde das Gemisch aus Öl und Schmutz abgeschabt. Dazu verwendete man einen speziellen Schaber (lat. *strigilis* für «Striegel»). So gesäubert, begab man sich in das Warmbad, wo man sich aufwärmen konnte und sich eventuell von einem Badesklaven massieren liess. Nach dieser Prozedur ging es in den Heissbaderaum, wo eine Wanne mit dampfendem Wasser bereit stand.

Das heisse Wasser wurde in einem Kessel erwärmt, den man von einem unterirdischen, Feuerraum aus beheizte. Von hier aus wurde das Boden- und Wandheizungssystem betrieben: die Hypokaustenheizung. Mittels eines raffinierten Verteilsystems wurden die heissen Luftströme durch Hohlräume unter den Böden hindurch und durch Hohlziegelkanäle die Wände hoch geleitet. So war für eine angenehme Raumtemperatur gesorgt.



Situationsplan des Badegebäudes im römischen Gutshof von Toffen BE mit Mosaik, Hypokaustpfeilern und verschiedenen Bädern (A-F) (Plan: ADB, Jahrbuch 1990)

A	Caldarium (Heissbad)		Hypokaustpfeiler
B	Tepidarium (Laubad)		Tubuli
C	Apoditerium (Umkleideraum)		Ziegel
D	Frigidarium (Kaltbad)	Hk	Heizkanal
E	Alveus (Warmwasserbecken)	Tr	Treppe
F	Piscina (Kaltwasserbecken)	Ma	Marmorplatten
		Bl	Bleiröhre
		Wa	Wanne?

weitere Hinweise zu Toffen BE:

[ > Objektblatt 1: Mosaiken (Rückseite) ]

[ > Vertiefungsblatt 28: Mosaiken (Rückseite) ]

Anschliessend an das Heissbad wurde zur Abkühlung ein Vollbad im Becken des Kaltbades genommen. Je nach Lust und Laune konnte die Abfolge der einzelnen Bäder wiederholt oder variiert werden, vergleichbar den Saunen und türkischen Dampfbädern der heutigen Zeit. Die Böden der Räume und Wasserbecken waren entsprechend der Finanzkraft des Besitzers mit prächtigen Mosaiken [**> Objekt 1: Mosaiksteinchen**] ausgelegt. Die Wände und Decken wurden mit Fresken bemalt, auf denen oft Wasserwelten mit Meerestieren und Fischen dargestellt waren.

Baden war das Freizeitvergnügen schlechthin. Wer sich kein Privatbad leisten konnte, besuchte die öffentlichen Thermen, die es in jeder grösseren Stadt gab.

Der Besuch der Therme diente nicht allein der Körperhygiene. Man betrieb dort Sport, traf sich mit Freunden oder suchte die vielen Läden und Verpflegungsstätten auf. Es gab aber auch Barbieri, Masseure und Ärzte, die ihre Dienste anboten. Bibliotheken und aufgestellte Skulpturen sorgten zusätzlich für das geistige Wohl.

Konsum und Kultur unter einem Dach – eine durchaus modern anmutende Konzeption. Dass es in diesen «Freizeitzentren» lebhaft zu und her ging, ist aus einem viel zitierten Brief des römischen Philosophen und Schriftstellers Lucius Annaeus Seneca (um 4 v. Chr. bis 65 n. Chr.) bekannt. Er ereifert sich darin in höchstem Masse über den ausgelassenen Lärm in den Bädern.

### Brief des Philosophen und Schriftstellers Lucius Annaeus Seneca

*«Von allen Seiten umtönt mich wirrer Lärm; denn ich wohne gerade über dem Bade. Stelle dir jetzt einmal alle Arten von Tönen vor, die es einen bedauern lassen, dass man Ohren hat. Wenn die Kräftigeren ihre Leibesübungen treiben und dabei ihre Hanteln schwingen, wenn sie sich abarbeiten oder auch bloss so tun, dann höre ich ihr Stöhnen und, sobald sie dem angehaltenen Atem wieder Lauf lassen, ihr Zischen und heftiges Keuchen. Wenn ich aber auf einen Müssiggänger stosse, der sich bescheiden nach plebejischer Manier salben lässt, so höre ich das Klatschen der Hand (des Masseurs) auf den Schultern, das seinen Ton ändert je nachdem die Hand hohl oder flach aufschlägt. Kommt vollends noch ein Ballspieler hinzu, der zählt, wie oft er den Ball abprallen lässt, dann ist es um mich geschehen. Nimm nun noch einen Zankteufel hinzu und einen*

*ertappten Dieb und einen Sänger, der gern seine eigene Stimme im Bad ertönen hört; nimm ferner noch hinzu die, die unter lautem Klatschen des aufplätschernden Wassers ins Schwimmbassin springen! Ausser diesen, deren Laute doch wenigstens natürlich sind, denke dir noch einen Haarausrufer, der, um sich bemerkbar zu machen, wieder und wieder seine dünne, schrille Stimme hervorpresst und erst schweigt, wenn er jemand die Haare unter den Achseln ausreisst und so einen anderen an seiner Statt schreien lässt. Endlich die verschiedenen Ausrufe des Kuchenhändlers, der Wurstverkäufer, der Zuckerbäcker und aller Kellner der Kneipen, die sämtlich in ihrer eigentümlich durchdringenden Tonweise ihre Ware anpreisen.»*

[Quelle: *epistulae morales ad Lucilium* 56, 1-2]

### Kaiserthermen

In Rom machte sich mancher Kaiser durch den Bau von öffentlichen Thermen mit teilweise exorbitanten Ausmassen beim Volk beliebt. Manche sind noch heutzutage erhalten, wenn auch in anderer Funktion, wie etwa die Thermen des Kaisers Diokletian. Im Gewölbe des grossen Saals für das Kaltbad wurde später die christliche Kirche *Santa Maria degli Angeli* eingebaut, die

durch den Umbau von Michelangelo Berühmtheit erlangte. Das Kirchenschiff lässt die Dimensionen römischer Kaiserthermen erahnen.

Als weiteres Beispiel seien die Caracallathermen erwähnt; in ihren ausgedehnten Ruinen kann man noch heute grosse, frei liegende Mosaiken entdecken.