

**Zeitschrift:** Bündnerisches Haushaltungs- und Familienbuch  
**Herausgeber:** [s.n.]  
**Band:** - (1930)

**Artikel:** Vom Baden  
**Autor:** Camenisch, C.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-550336>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 11.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# VOM BADEN

KULTURHISTORISCHE SKIZZE VON DR. C. CAMENISCH, NEAPEL

Wenn der brave Churer Bürger am Neujahrstage sein mit allerlei Sternchen und Figuren geschmücktes Birnbrot in Scheiben schneidet und mit Röteli und andächtigem Behagen in seinen Magen versenkt, oder seine bessere Hälfte in feierlicher Stimmung einen Eierzopf in ihren Mokka- oder Zichorienkaffee tunkt, dann denken sie allerdings nicht mehr daran, daß ihre Vorfahren in altersgrauen Zeiten diese Dinge nicht ihrem Magen, sondern ihren Göttern geopfert haben. Und doch ist es so: die letzten Baumfrüchte vom Herbst her opferte man den Göttern, damit sie auch im neuen Jahre wieder so gute Dinge wachsen ließen, und die Mütter, die in ganz bösen Zeiten ihre eigenen Haarzöpfe geopfert hatten, um den bösen Blick der Dämonen von ihren Kindern fernzuhalten, warfen später wenigstens ein in Brotteig gebackenes Sinnbild ihres schönsten Schmuckes ins Opferfeuer, um die Gunst der Unsichtbaren auf ihre Sprößlinge zu lenken. Wir sind heute aufgeklärter und essen Brot und Eierzöpfe und Ostereier (früher ein Frühlingsopfer) selber.

So ist es auch mit dem Baden: Der eine tut's heute zum Vergnügen oder weil's Mode ist, der andere (etwa in der Rekrutenschule), weil er dazu abkommandiert wird, der dritte, weil's zur „Bildung“ gehört, und der vierte aus Prinzip; aber aus Frömmigkeit badet heute wohl niemand mehr — im Gegenteil, gibt's doch noch heute Menschen und Mächte, die glauben, das eitle Menschenkind gleite vom sündhaften Bad gar leicht in den Höllenpfuhl, während der Ungewaschene dem Himmel näher sei.

Und doch war auch das Baden ursprünglich ein religiöser Akt und eng mit dem Kultus verknüpft; denn körperliche Reinheit war das Symbol der sittlichen Reinheit. Die wenigen, die das Alte Testament und den Koran mit Verstand lesen, wissen, was für eine ungeheure Macht für die Juden und Mohammedaner in den Reinigungsgeboten lag und liegt. Wer weiß, welch furchtbare Gefahr der Schmutz in jenen heißen Ländern als Krankheitsherd in sich birgt, der bewundert in Moses und Mohammed weniger den „Religionsstifter“ als den Hygieniker und Soziologen und vor allem den Menschenkenner, der den Unreinen stets mit Hölle und Teufel droht, weil er weiß, daß das ihnen mehr imponiert als Hygiene und Belehrung.

Die alten Griechen mit ihren lebensfrohen Göttern und Menschen brauchten keinen Beelzebub, der sie ins Bad trieb. Das tat schon ihr Schönheitstrieb und Sinn für Sport und Behaglichkeit in harmonischer Verknüpfung. Jeder Schüler kennt das Bad, das Odysseus am Strand der Phäaken nahm, und ebenso das verhängnisvolle Bad, das dem heimkehrenden Agamemnon statt Erquickung den Tod brachte. Wenn auch die privaten und öffentlichen künstlichen Bäder in Griechenland zahlreich waren, so war es doch wohl hauptsächlich das fast überall nahe Meer, das die größte Anziehungskraft ausübte. In späterer Zeit allerdings scheinen die der spartanischen Zucht und Abhärtung untreu gewordenen Griechen, besonders die verweichlichten Reichen in Unteritalien, die warmen Wannenbäder (die die Sybariten erfunden haben sollen) den frischen Meerbädern vorgezogen zu haben. Den Spartantern, die im kalten Eurotas badeten, waren warme Bäder nur ausnahmsweise erlaubt, und in Athen stand der Schwimmunterricht im gleichen Range wie die Unterweisung in der Grammatik, und

diese galt bekanntlich im Schatten und Schutze der Pallas Athene nicht wenig. Wer nicht schwimmen konnte, galt als gleich schlecht erzogen wie der Analphabet. Sokrates, der sehr unregelmäßig badete, büßte dadurch viel von seinem Ansehen bei den Athenern ein, und den Diogenes und seine die äußere Reinheit verachtende Philosophie hießen sie mit Hohn zynisch — hündisch.

Von den alten Römern heben Seneca und Cato, die Verherrlicher altväterischer Sitten und Einfachheit, besonders hervor, daß sie warme Bäder nicht kannten, und nach Plutarch schloß jede Exerzier-Übung auf dem Marsfelde mit einem Durchschwimmen des Tibers. Das wurde allerdings anders, als aus den rauhen Kriegern in der Kaiserzeit raffinierter Genießer geworden waren, die ihre Riesenbäder mit ausgesuchtem Luxus und aller Bequemlichkeit ausstaffierten. Man muß die Thermen des Diokletian und Caracalla in Rom gesehen haben, um sich von deren Ausmaßen eine Vorstellung machen zu können. Das größte römische Stadtbäder war so groß, daß die gesamte heutige Bevölkerung der Stadt Chur darin Platz gefunden hätte. Und von den ausgegrabenen Bädern in der Provinzstadt Pompei können wir auf die Pracht jener in der Hauptstadt schließen. Wie lieb den Römern die Bäder waren, geht auch aus dem Umstand hervor, daß ehrgeizige Politiker und Feldherren oft Bäder stifteten, um die Gunst des Volkes für ihre Pläne zu gewinnen. Ein Beispiel der Nacheiferung für ambitionäre Kandidaten, die nach der sella curulis streben und mit Hilfe göttlicher und menschlicher Vorsehung und Gunst Stadt-, Regierungs- oder gar Nationalräte werden wollen! Sie dürfen es mit gutem Gewissen tun, ohne zu fürchten, daß sie dadurch ihre Mitbürger so sehr verweichlichen würden wie die Bürger des dekadenten kaiserlichen Roms, die je einen Sklaven zum Salben, zum Striegeln, zum Abreiben, zum Haarausreißen (wo man sie nicht haben wollte), zum Einwickeln und zum Abtrocknen mit ins Bad zu nehmen pflegten, oder gar ihre Freunde und Freundinnen mit Würstchen und Backwerk und Gewürzwein gemeinsam in den Bädern, in die sie erst ganze Fässer edlen Weines oder Kübel des teuersten Parfüms geschüttet hatten, bewirteten, so daß später allgemein die Rede ging, Rom sei, wie einst Großgriechenland, an den warmen Bädern zu Grunde gegangen. Es war aber nicht die Schuld des Wassers.

Die ersten Christen übernahmen von den Juden und Griechen die religiösen Bäder und Reinigungssitten. Heute noch sieht man am Fuße des Parnassos am Aufstieg zum Tempel des delphischen Apollo die Wasch- und Baderäume der Pilger, die nur rein dem Gotte zu nahen wagten, und manches Riesenbecken, das heute in einem türkischen Garten Konstantinopels als Wasserbassin steht oder den Bauern um Ephesus und Smyrna als Viehränke dient, erzählt dem, der seine mit dem Kreuz geschmückten griechischen Inschriften lesen kann, daß aus diesem „Bade der Läuterung“ neugetaufte (taufen heißt tief hinabtauchen) Christen in den Schoß der Kirche aufgenommen worden seien.

Während man lange Zeit nur Erwachsene taufte, das heißt ganz untertauchte, bevor man sie in die Gemeinschaft der Gläubigen aufnahm, wurde mit der später aufgekommenen Kinder-taufe das Bad bald zum bloßen Symbol und durch Wassertropfen ersetzt. Ja, es gab eine Zeit, da

das Baden bei der Geistlichkeit geradezu als etwas Sündhaft-Weltliches in schwersten Verruf geriet. Es gibt nicht wenige hochverehrte Asketen, denen als Zeichen ihrer Heiligkeit nachgerühmt wird, daß sie nie gebadet und soundso viele Jahre sich nicht mehr gewaschen hätten.

Vielleicht kam die christliche Kirche im Abendlande besonders darum vom Kinderbade ab, weil die heidnischen Gallier die grausame Sitte pflegten, die neugeborenen Kinder in den Flüssen zu baden, um ihre „Echtheit“ zu prüfen: gingen sie unter, galten sie als unehelich und bewahrten das Familienoberhaupt vor unerwünschtem Familienzuwachs.

Auch die alten Germanen liebten das Baden und Schwimmen sehr, wie schon Julius Caesar von ihnen erzählt. Die Neugeborenen tauchten sie in kaltes Wasser; hielten sie es aus, war es ein gutes Vorzeichen für ihre körperliche Entwicklung; ertrugen sie es nicht, war es nicht schlimm; denn bei ihrer schwächlichen Konstitution wären sie ohnehin bald gestorben. Waren schon die kleinen Buben und Mädchen gute Schwimmer, so erregten die Erwachsenen geradezu den Neid der Römer. Tacitus erzählt mit Staunen von den Anwohnern des Rheines, daß sie mit Waffen und Pferden im Wasser manöverierten, als wären sie auf dem Exerzierplatz. Wenn Napoleon von seinen Soldaten sagen konnte, sie hätten oft mit den Beinen (das heißt durch Eilmärsche) gesiegt, so galt dasselbe von der Tüchtigkeit der Germanen im Schwimmen, das im Mittelalter zu den sieben ritterlichen Künsten gehörte, die jeder Edle beherrschten mußte. Karl der Große war der beste Schwimmer seiner Zeit, und seinem Ansehen besonders gelang es, das Baden und Schwimmen wieder zu Ehren zu bringen, fanatischen Asketen zum Trotz, die die zum Christentum übergetretenen Germanen vor der heidnischen Sünde warnen zu müssen sich gedrungen fühlten. Auch die warmen Quellen zu Aachen und an anderen Orten des fränkischen Reiches wurden vom Kaiser zu Ehren gezogen und bald von Hunderten von Badegästen besucht. Wahrscheinlich hat Karl der Große auf seiner Reise durch Graubünden auch die warmen Quellen von Bormio besucht, die schon dreihundert Jahre früher vom großen Ostgotenkönig Theodorich, dem sagenberühmten Dietrich von Berne, aufgesucht worden sind und im „Ostgotenborn“ bis heute die Erinnerung daran bewahren.

Belebend wirkte im späteren Mittelalter auf den Aufschwung des Badewesens der freiere Geist und die Aufklärung, die die heimkehrenden Kreuzfahrer beseelten. Man hatte an den üppigen Bädern des Orients Gefallen gefunden und wollte sie auch im Abendlande nicht mehr entbehren, und so gab es bald keine Stadt und kaum ein Dorf ohne Gelegenheit zum Baden. Auch Chur bekam seine Badestuben; Alvaneu und Fideris wurden gar Domherrenbäder, und während früher gegen das Baden von den Kanzeln gewettet worden war, mahnte jetzt ein Priester die Ehemänner, nicht geizig zu sein und den Frauen neben andern Dingen auch das beliebte Badgeld zu spenden, und die reichen Bürger Seelenbäder, das sind Bäder für die Armen, zu stiften. Und in einem päpstlichen Erlaß finden wir die Bestimmung, daß der Übertreter eines bestimmten Gebotes zur Strafe eine Zeitlang kein Bad betreten dürfe.

Mit dem Aufblühen des bürgerlichen Lebens in den Städten im XIV. und XV. Jahrhundert kam das Baden geradezu in Mode; jedermann badete mindestens einmal in der Woche. Am Samstag machten die Handwerker des Bades wegen früher Feierabend, und die Gesellen bekamen außer dem üblichen Lohne vom Meister noch das Badegeld,

ja sogar die städtischen Beamten bis hinauf zum Bürgermeister erhielten jeden Samstag die „Badeheller“. Wer die Schwänke des Hans Sachs kennt, weiß, daß dort das Badegeld geradezu den Sinn unseres Trinkgeldes hat und auch oft in diesem Sinne verwendet wurde.

Aus den Badestuben waren nach kurzer Zeit Vergnügungsorte und „Tummelplätze der Lust“ geworden, in denen man nach der Devise lebte: Außig Wasser, inne Wein, läßt uns alle fröhlich sein!, und so kam es, daß sie bei den anständigen Leuten immer mehr in Mißkredit gerieten und die gestrengen Ratsherren mit Verboten und Strafen einschreiten mußten.

Dafür kamen jetzt bei den sogenannten bessern Ständen die Badefahrten auf, das heißt man suchte jährlich mindestens einmal eines der vielen Mineralbäder zur Heilung wirklicher oder vorgesetzter Leiden auf, und besonders die Frauen waren darauf so erpicht, daß manche von ihnen vor der Hochzeit im Ehekontrakt sich ausdrücklich das Recht auf eine alljährliche Badefahrt ausbedang, was nachher den Ehemännern nicht immer Freude bereitete. Wenigstens meint einer zum Thema: Die Weiber könnten viel weniger als die Gäns und Enten des Wassers entraten, jede wisse irgendeine Krankheit vorzuschützen und nach einem Badeort zu entschlüpfen.

„Der Mann schafft Tag und Nacht  
und badet in seinem Schweiß,  
Alles die Frau verzehret in ihrem Bad mit  
Fleiß.“

Aus Bildern und unzähligen Beschreibungen erfahren wir, daß damals Weiblein und Männlein, oft den ganzen Tag, zusammen in demselben Warmwasserbassin badeten und sich dabei mit Essen und Trinken, Singen und Kartenspielen die Zeit vertreiben. Im Fideriser Bad gab es nach der Beschreibung des Arztes Eckolt vom Jahre 1611 in der neuen Badehütte zwar auch Holzkästen, „darin jede Person absonderlich einsitzen kann“, was dann aber manche vereinsamte Badende veranlaßte einzuschlafen, weshalb der Herr Badearzt die Mahnung erläßt: „Im Bade soll man sich des Schlafens ganz enthalten, auch nicht lesen und spekulieren und sinnen, sondern man soll die Zeit mit Singen und kurzweiligem Gespräch und anderer Freud hinbringen, man soll aber auch kein Speis und Trank zu sich nehmen, wie viel zu geschehen pflegt, auch nicht Sauerwasser trinken, dieweil man im Wasser ist.“

Interessant ist es, daß im Zeitalter der Badestuben und Badefahrten das natürlichste und beste Bad, im Fluß oder See, verpönt war. Während die Leute mancherorts ganz ungeniert nackt über die Gasse in die Badestube liefen, sah man das frühere gemeinsame Baden der Kinder und Erwachsenen nun für unschicklich an, und ein aufgeklärter Mann wie Zwingli wagte es, seinen früher so schwimm- und badefreudigen Zürchern das Schwimmen im See zu widerraten. Die Ärzte warnten vor dem kalten Wasser, denn die Sonnenwärme genüge nicht; und Hamburg belegte im XVI. Jahrhundert das Baden der Schüler im Freien mit schweren Strafen. Wie sehr auch unabhängige, fortschrittlich gesinnte Menschen in die Modeanschauungen ihrer Zeitgenossen verstrickt sein konnten, zeigt ein Urteil Goethes, der seiner Freude an der Natur zum Trotz einmal das öffentliche kalte Baden eine „Verrücktheit der Enthusiasten für den Naturzustand“ nennt.

Aus der Blütezeit des Aberglaubens und des daraufgegründeten Kurpfuschertums werden unglaubliche Bäderkuren erwähnt: Gichtkranke legten sich beim Metzger ins heiße Wasser, mit dem vorher die geschlachteten Schweine abgebrüht worden waren, Skrofulöse suchten ihre Leiden

im Molken- und Käsewasser zu heilen und Ge-lähmte in Rosmarinblätterwasser; die bayerischen Bauern, von denen ein Arzt klagt, daß sie zum größten Teil nur einmal im Leben, nach der Ge-burt, ein Bad genossen, zogen beim „Reißen“ ein Schwitzbad im bratenden Heustock oder im Back-ofen vor. Ein nicht gerade appetitliches Bad wurde in Oesterreich bis ins letzte Jahrhundert hinein hochgepriesen und viel gebraucht: das Mistbad, bestehend aus dem Magen- und Darminhalt frisch geschlachteter Rinder. Das abscheulichste Bad aber, das von den Pharaonen Ägyptens bis auf König Ludwig XI. von Frankreich bezeugt ist, war das Kinderblutbad gegen den Aussatz, das sich natürlich nur „Landesväter“, die auch über das Blut und Leben ihrer Untertanen verfügten, leisten konnten, während die Ölbaden im Orient und in Afrika vom Altertum bis zur Gegenwart angewendet werden. Als Kaiser Augustus den mehr als hundertjährigen Pollion fragte, wie er sich so lange geistig und körperlich frisch erhalten habe, antwortete ihm dieser: „Von innen durch Wein und Honig, von außen durch Öl“.

Wie so manche gute Gedanken und Anregungen im XVIII. Jahrhundert von England aufs Fest-land kamen, so auch die Idee des Freiluft-, Licht- und Schwimmbades. 1760 bekam Paris seine erste offene Badeanstalt, d. h. man badete anfänglich noch nicht in der Seine, sondern in erwärmtem Wasser, das man erst in ein Schiff gepumpt hatte. Als dann aber Rousseau mit seinem Evangelium von der Rückkehr zur Natur und seiner Predigt von der naturgemäßen Körperpflege durchdrang, da schwand auch die Scheu vor dem kalten Was-ser, und überall entstanden nun Schwimmschulen an Flußläufen und Meeresgestaden. In Deutsch-land, wo der Philantrop Salzmann, für die Ideen des Genfer Naturschwärmers eintretend, in Wort und Schrift den Nutzen des Schwimmsportes ver-

kündete, entstanden nun bald Badeanstalten und Schwimmschulen am Rheine, und die Ärzte, die mit wenigen Ausnahmen bisher vor dem kalten Wasser gewarnt hatten, „frohlockten nun“ — wie ein Zeitgenosse erzählt — „daß sie jetzt endlich einmal ein Mittel gebrauchen könnten, womit sie der überall eingerissenen Nervenschwäche Ein-halt zu tun imstande wären“. Sogar an der Donau in Wien wurde von einem Arzte eine Badeanstalt errichtet, hatte aber noch lange unter dem Wider-stand der konservativen Allmacht der Regierung und Hierarchie zu kämpfen. In Preußen wurde der Schwimmsport hoffätig und gelangte rasch zu Ansehen, nachdem er 1817 durch den General von Pfuel in die preußische Armee eingeführt worden war. Schon vorher waren an der Ostsee und auf Norderney Seebäder entstanden und kamen bald in Mode, wie uns auch Heine erzählt.

Nach und nach erhielten auch die nicht an großen Flüssen und Meeren gelegenen Ortschaf-ten ihre Bad- und Schwimmanstalt.

In einer wasserarmen Gegend Syriens erklärte mir einmal ein Beduine mit echt arabischem Stolz, der Unterschied zwischen einem Christen und einem Mohammedaner sei der, daß dieser ge-badet, jener aber ungewaschen in die Ewigkeit eingehe. Da Allah jedoch nur reine Seelen ins Paradies hineinlässe, müßten die Christen, für die das Bad bei der Geburt oft das erste und letzte sei, eben draußen bleiben, während der Moslin dadurch, daß er sich das Reinigungswasser vom Munde absparre, den Eingang zum himmlischen Paradies mit den Jungfrauen, die nicht alt wer-den, und dem süßen Wein, der nie Kopfweh ver-ursache, erwerbe. Und mir fielen unwillkürlich manche meiner Landsleute im badarmen Bündner-land ein, für die das Hebammenbad auch das letzte ist.

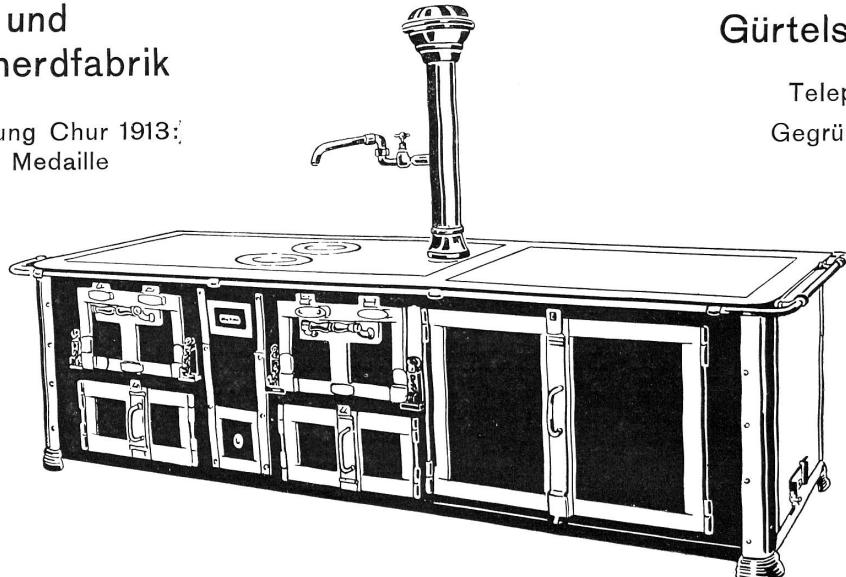
# JOH. WEIBEL-JÖHL, CHUR

Ofen- und  
Kochherdfabrik

Ausstellung Chur 1913:  
Goldene Medaille

Gürtelstrasse

Telephon 2.47  
Gegründet 1899



Hotel-Kochherde in jeder gewünschten Ausführung, mit oder ohne Patisserieofen  
Rechauds, komplette Warmwasseranlagen. Privatkochherde in verschiedenen Größen  
auf Lager