

**Zeitschrift:** Wohnen

**Herausgeber:** Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

**Band:** 76 (2001)

**Heft:** 4

**Artikel:** Zwischen Strohsack und Himmelbett

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-106973>

#### 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>**

Eine kleine Geschichte des Schlafes

# Zwischen Strohsack und Himmelbett

Neben dem Herdfeuer ist das Bett der wichtigste Ort im nördlichen Haus. Im Mittelalter schlief man auf Laub-, Stroh- oder Wollsäcken. Steif gefrorene Bettlaken warteten in den Schlafkammern. In den Arbeiterwohnungen der Industriezeit, die Stuben mit Bettwerk angefüllt, war die Luft zum Schneiden. Erst mit dem Wirken der Baugenossenschaften besserte sich die Lage für die meisten.

Wir wohnen in der «Global City». Über Netz und Fernsehen dringt die mediale Welt ununterbrochen in unseren privaten Wohnbereich herein. Die Nachrichten von Krieg, Not und immer schnellerem Wandel suchen uns in den eigenen vier Wänden heim. Nur ein einziger Ort bietet noch Schutz vor den virtuellen Zumutungen der Medienwelt: Das Bett, die stille Ecke, in dessen Decken wir uns verkriechen können wie in eine Höhle.

## DAS BETT ALS SCHÜTZENDES NEST

Das Bett gehört zum Leben in kalten Ländern. Neben dem Herdfeuer ist es der älteste und wichtigste Ort im Haus. Bis heute ist es geblieben, was es immer schon war: Nest, Mulde, Grube oder Lager, ein Schutz für den wehrlosen, schlafenden Körper. Das Bett ist Ort des Geborenwerdens und Sterbens und jeden Tag: der Ort von Aufwachen und Einschlafen. Um sich im Schlaf vor Nässe, Kälte und vor

Feinden zu schützen, bauten Menschen die ersten Hütten. Mit Fellen oder Decken machten sie es sich in der Nachtkälte behaglich. Noch bis weit ins Mittelalter hinein lebten die meisten Menschen nördlich der Alpen in Hütten mit einem einzigen Raum, wo ein offenes Feuer brannte, der Rauch durch das Dach entwich und man sich nachts um den Herd herum zum Schlafenbettete. Bis ins 19. Jahrhundert waren solche grossen offenen Räu-

Ein vornehmes Schlafzimmer um 1500

Der Holzschnitt von Urs Graf erlaubt einen Blick in die privateste Ecke des Hauses. Die Glasfenster und ein Betthimmel mit schweren Vorhängen zeigen, dass im Haus Reichtum herrscht. Eine Amme stillt den Säugling und hüttet die grösseren Kinder, während die Wöchnerin ruht.  
(Hans Koegler Hg., Urs Graf, 100 Tafeln ... Basel 1947, S. 76)



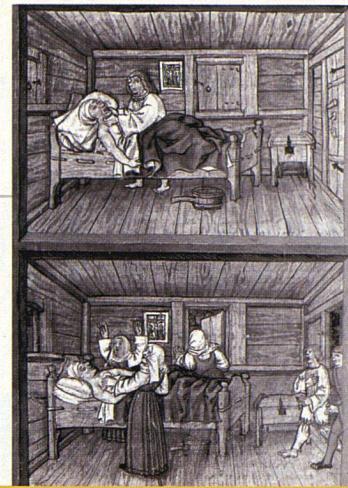
#### Am Totenbett

Das Bett ist das wichtigste Möbel im Haus. Im Bett wird der Mensch geboren, im Bett stirbt er. Auf dem Bild von 1908 hält eine Tessiner Familie Totenwache bei einem Verstorbenen.  
(Bild: Roberto Donetta, in: Seitenblicke, die Schweiz 1848–1998, eine Fotochronik, Offizin Verlag 1998, S. 142).



#### Drei unter einer Decke

Die heiligen drei Könige werden auf ihrer Reise von einem Engel geweckt. Im Mittelalter war es nicht unüblich, dass mehrere Personen im gleichen Bett schliefen. Ausser ihren Kronen tragen die drei Könige nichts – man schlief meistens nackt.  
(Kathedrale von Autun, Burgund, Postkarte)



Leintuch und Wolldecke bedecken die Frau, die von ihrem Mörder im Schlaf überrascht wurde.  
(Luzerner Bilderchronik des Diebold Schilling, um 1485. Abb. Aus Werner Meyer: Hirsebrei und Hellebarden, Olten 1985, S. 216)

me, wo gegessen, geschlafen und gearbeitet wird und sich auch Hühner und Hunde tummeln, in Norddeutschland und Holland verbreitet. Um im Schlaf vor neugierigen Blicken und herabfallendem Ungeziefer geschützt zu sein, schützte man das Bett hier mit einem zeltartigen «Himmel» aus Vorhängen oder versteckte es in einer Alkoven genannten Wandnische.

#### SCHLAFKAMMERN IM MITTELALTER

In den Alpen dagegen verbreitete sich um das Jahr 1000 das mehrteilige Haus. Die Stube wurde von der Küche getrennt, sie konnte jetzt mit dem geschlossenen Ofen («Kunst») von der Küche aus rauchfrei geheizt werden. Neben und über der Stube wurden zum Schlafen Kammern abgetrennt. Zeichnungen aus dem späten Mittelalter geben uns eine recht genaue Vorstellung von solchen Schlafräumen: Ein ungeheizter Raum mit nackten Holzwänden und sehr kleinen Fenstern, die manchmal Glasscheiben besassen, oft aber nur hölzerne Klapplädchen. Das mittelalterliche Bett bestand aus einem kastenförmigen Holzrahmen auf hohen Pfosten. Den Boden des Kastens bildeten Bretter oder ein federndes Geflecht aus Ruten oder Seilen. Man schlief auf Laub-, Stroh- oder Wollsäcken, zwischen Leintüchern unter Fellen oder wollenen Decken. Ein mit Federn oder Wolle gefülltes Kissen gehörte zum Standard. Vornehmere Betten besassen über dem Kopfende einen Deckel aus Holz oder sogar einen Bettihimmel mit Vorhängen. Der 1403 hingerichtete Colin Doulle aus Conches in der Normandie hinterliess «ein Bett, als da sind Matratze und Polster aus Flockwolle, ein fadenscheiniges altes Laken aus rötlichem Stoff und zwei Paar grobe Decken». Fast alle Abbildungen zeigen die Schlafenden nackt, selten tragen sie ein Hemd. Die Privat-

#### Nächtlicher Mord

Der Luzerner Chronist Diebold Schilling zeigt in allen Details einen Mord im Schlafzimmer. Die hölzerne Kammer hat Fenster ohne Glasscheiben, nur mit Klapplädchen. Das Mobiliar besteht aus Bett, Truhe und Nachttopf. Im Holzrahmen des Bettes erkennt man das Riemengeflecht, das als elastischer Boden die Strohmatratze trägt.

sphäre war nicht sehr ausgeprägt. In ärmeren Häusern hatte nicht jeder eine eigene Kammer, und Dienstboten wurden wie auch die Kinder zu zweit oder zu dritt ins gleiche Bett gesteckt. Zu zweit oder zu dritt unter der gleichen Decke schliefen auch Reisende und Krieger.

Die kleinsten Kinder lagen in Wiegen beim Bett der Eltern; man wickelte sie so eng in Leinenwindeln, dass sie sich kaum bewegen konnten. Ausser den Betten gab es in den Schlafzimmern nur wenige Gegenstände. Vielleicht ein Kruzifix an der Wand, fast immer eine Truhe, wo die Hausfrau ihre Aussteuer aufbewahrte: die kostbaren Leinentücher, Hemden, Tücher, Schmuck oder ein besseres Kleid. Besitztümer, die sie als Frauengut in die Ehe gebracht hatte.

#### KALTE UND WARME ZIMMER

An diesen Verhältnissen änderte sich zwischen 1400 und 1900 wenig, zumindest auf dem Land. Bauern- und Arbeiterfamilien waren bis weit ins 20. Jahrhundert gewohnt, im Winter steif gefrorene Bettlaken und Eisblumen an den Fenstern vorzufinden. Viel Zeit verbrachten sie ohnehin nicht im Bett, wenn man frühmorgens um fünf Uhr zum Melken oder Mähen aufgescheucht wurde. Trotzdem fanden die unverheirateten Jungen Zeit, einander in nächtlichen Ausflügen zu besuchen: Der verliebte junge Mann versuchte dabei, unbemerkt durchs Fenster ins Zimmer seiner Angebeteten zu gelangen. Liess sie ihn herein, standen intime Stunden ohne soziale Kontrolle bevor. Der «Kiltgang» war in vielen ländlichen Gegenden der Schweiz ein akzeptierter Brauch.

Anders sah es in den Häusern der Patrizier und des Bürgertums aus, das seit 1800 in der Schweiz den Ton angab. Hier hatte man mehr Raum und Zeit für sich selber und kannte den

Luxus, im eigenen Zimmer Zeit zu verbringen mit Lesen, Musizieren oder anderen ganz privaten Tätigkeiten. Solche Zimmer waren nun geheizt und mit Möbeln und Bildern, Teppichen und Vorhängen ausgestattet. Ein Tisch ermöglichte es, Briefe oder Tagebuch zu schreiben, ein Waschtisch stand für die Körperpflege zur Verfügung. Das Schlafzimmer wurde zu einem intimen, persönlich gestalteten Rückzugsraum, den Fremde nicht betreten durften.

#### WOHNUNGSELD

Doch so viel Raum besass wenige. Immer zahlreicher wurden mit der Industrialisierung die Armen: Heimweber, Kleinbauern, Fabrikarbeiterinnen. Sie mussten sich Häuser, Wohnungen und sogar die Küchen teilen. In den Städten waren Wohnungen Mangelware und wurden zu horrenden Preisen vermietet, so dass man die Zimmer mit Untermietern und Schlafgängern teilen musste. Schockiert beschrieb der Ökonom Karl Bücher 1891 die himmelschreienenden Wohnbedingungen der Arbeiterfamilien in Basel, die er im Auftrag der Regierung untersucht hatte: «Besonders übel liegen die Verhältnisse bei kinderreichen Familien, wo der grösste Theil der Stuben mit Bettwerk angefüllt ist und dennoch gewöhnlich zwei, oft auch drei Personen in einem Bette schlafen . . . Und welche Luft! Erfüllt mit den Athmungsprodukten so vieler Menschen, der Ausdünstung verunreinigten Kinderbettwerks, niemals vollständig erneuert, treibt sie den Eintretenden schon an der Thüre zurück . . . Vielleicht finden noch ein Tisch und ein paar Stühle Platz; aber man begreift doch nicht recht, wo die vielen Menschen sitzen, wenn es zum Essen geht.» Wie man unter diesen Umständen ruhig schlafen, einen Menschen lieben oder auch nur ein Buch lesen wollte, diese Fragen stellte Karl

Bücher nicht einmal. Ähnliche Verhältnisse traf der Zürcher Arbeiterarzt Fritz Brupbacher noch im 20. Jahrhundert an: «Wenn man an den Winterabenden seine Besuche in den Arbeiterwohnungen machte, so lag gewöhnlich die ganze Gesellschaft im Bett in der Dunkelheit, um Heizung und Licht zu sparen.»

#### STATUSSYMBOLE

Erst nach dem Ersten Weltkrieg wuchsen Wohlstand und soziale Sicherheit. Mit den Erfolgen der Gewerkschaften und dem Wirken der Baugenossenschaften besserte sich die Lage für die meisten. Für die Reformen im Wohnungswesen war aber soziales Denken nicht das einzige Motiv. Man wollte die Menschen auch erziehen: zu einem geordneten Familienleben, zu Sparsamkeit und gut bürgerlicher Ordnungsliebe. Ein Beispiel: Die

Genossenschaften bauten nicht etwa grosse Wohnungen, in denen für viele Kinder Platz war, im Gegenteil. Statt vier Zimmer boten ihre Wohnungen meistens nur drei. Das Ziel war, die ledigen Untermieter und Schlafgänger aus der Arbeiterwohnung zu verbannen und die familiäre Privatsphäre zu stärken. Man sah es nicht gern, dass fremde junge Männer Tür an Tür mit den Töchtern der Familie schliefen.

Mehr Wert als auf grosse Räume legte man in den Zwanziger- und Dreissigerjahren auf Statussymbole wie Plüschesofa und Stubenbuffet sowie auf den elektrischen Herd in der Küche. «Die Wohnung des Arbeiters», schrieb eine Fürsorgerin 1931, «erweckt in vielen Fällen zunächst nicht den Eindruck der Armut. Man ist erstaunt, neben der Küche, die als Wohnraum dient, oft ein Schlafzimmer mit Spiegel-

schränk, eine Stube mit Büfett und obligatem, nie benütztem Sofa zu finden.» Die Raten für die teure Möblierung mussten dann am Essen abgespart werden, was nicht immer dem Hausfrieden zugute kam.

Heute findet man diese steifen schweren Möbel, den Stolz unserer Grosseltern, für wenige Franken im Brockenhause. Die Paare von heute möchten ihre Zeit nicht mehr für militärisch exaktes Einbetten von Leintuch und Woldecke verwenden, wie die Hausfrauen von früher. Und für das «Spältli» zwischen den Betten hat man seit der sexuellen Revolution der Sechzigerjahre auch keine Verwendung mehr. Nordisches Schlafen ist seither angesagt, Lust und Vergnügen soll das Bett bieten. Und natürlich wie immer schon: Ruhe und Schutz vor dem Lärm der Welt.

*extra*

#### Die Schlafmütze

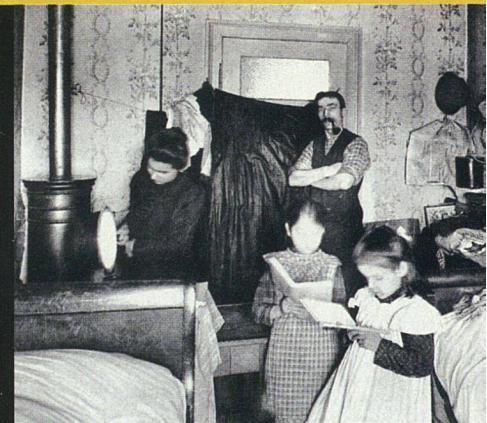
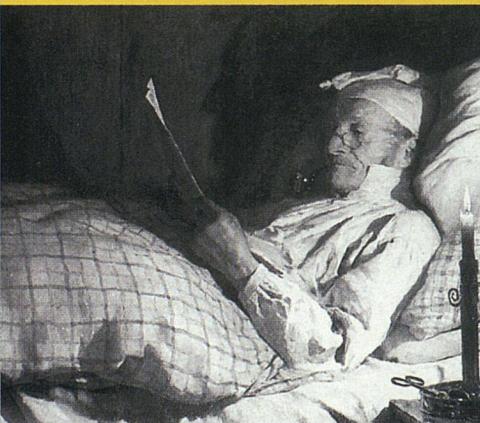
Kleinbürgerliche Behaglichkeit zeigt Albert Anker in seinem 1882 gemalten Bild eines lesenden Bauern. Ein Berg von Kissen und das federngefüllte, karierte Duvet betten den Schläfer bequem. Hemd und Schlafmütze halten ihn warm.

(Albert Anker, Lesender Bauer, in: Sandor Kuthy Hg., 1995, S. 154)

#### Wohnungselend in der Stadt

Armut war um 1900 für weite Kreise der Normalfall. In dieser Zürcher Wohnung wird im gleichen Zimmer gekocht und geschlafen. Zwei Betten müssen für die ganze Familie reichen, für einen Schrank fehlt der Platz – oder das Geld.

(Grafische Sammlung der Zentralbibliothek Zürich)



#### Bedrohte Intimität

Im 19. Jahrhundert wuchs das Bedürfnis nach Intimsphäre und Privatheit. Der romantische Maler Moritz von Schwind dringt im Bild «Morgenstunde» in den behüteten Raum eines bürgerlichen Jungmädchenzimmers ein. Die Laken des Himmelbetts liegen offen, noch warm. Soeben ist eine junge Frau ans Fenster getreten, um das helle Morgenlicht hereinzulassen. Doch zu wem gehört der dunkle Schatten auf dem zweiten Fenster? (Moritz von Schwind, Morgenstunde 1858. In Belser Stilgeschichte Band 3, Stuttgart 1993, S. 169).

#### Wie im Mittelalter

In einem Walliser Dorf fotografierte Rudolf Zinggeler 1921 die Schlafkammer des geisteskranken Franz Lambrigger, den seine Verwandten angekettet hielten. Stube und Bett unterscheiden sich in nichts von der Kammer, die Diebold Schilling 1485 malte.

(Rudolf Zinggeler in: Seitenblicke, die Schweiz 1848–1998, eine Fotochronik, Offizin Verlag 1998, S. 168.)

