

## Alltag im Römerbad

*Es ging beim Besuch des Bades nicht nur ums Schwimmen, sondern man konnte Leibesübungen machen, sich in einem Liegestuhl ausruhen, sich massieren lassen, sich mit einem Bekannten unterhalten, spielen Politik oder Geschäfte betreiben.*

*Einen Eindruck, wie es in einem Bad zuging, vermittelt der folgende Text.*

Ich käme um, wäre die Stille zum tieferen Eindringen in die Wissenschaften so nötig wie man glaubt. Sieh, hier umtost mich Lärm jeglicher Art von allen Seiten: Ich wohne direkt über dem Bad. Nun stell dir alle Stimmen und Stimmlagen vor, die einem die (eigenen) Ohren verhasst machen können. Leute voll Energie üben und schwingen mit Blei beschwerte Hände, mühen sich ab oder tun wenigstens so; ich höre sie jedes Mal stöhnen, sooft sie den angehaltenen Atem ausstoßen, pfeifende und äußerst scharfe Atemzüge; dann stoße ich auf einen ungeschickten und mit primitivster Salbkunst Zufriedenen. Ich höre das Klatschen seiner auf die Schultern schlagenden Hand; je nachdem, ob sie hohl oder flach auftrifft, ändert sich der Ton.

Kommt noch ein Ballspieler dazu, der seine Schläge zählt, dann ist's vorbei, Füge hinzu die Zänkerei, wenn ein Dieb ertappt wird, und jenen, dem sein Gesinge beim Baden gefällt, nimm nun die dazu, die mit gewaltigem Schwung unter Platschen ins Wasser springen, außer jenen, die normale Stimmen besitzen - wenn auch nichts anderes -, stell dir noch die dünne und zischende Stimme des Haarausrupfers vor, um auf seine Tätigkeit umso mehr aufmerksam zu machen und der nur dann schweigt, wenn er einem die Achselhaare ausrupft und damit einen anderen zum Kreischn bringen; schließlich die unterschiedlichsten Ausrufe der Wursthändler, Zuckerbäcker und aller Garkücheninhaber, die ihre Waren - jeder in der ihm eigenen Stimmlage - anpreisen

(Seneca, Brief aus Baiae, zitiert nach Ingemar König, Vita Romana, S. 201/202)

## Der Badevorgang

Der Umkleideraum (apodyterium) diente bei kleineren Bädern auch sportlichen Übungen. Größere Anlagen hatten ihre eigenen Sporthallen. Von hier aus begab sich der Badende in das Kaltbad (frigidarium) mit dem angebauten Wasserbecken (piscina). Im Schwitzbad (sudatorium) begann gewöhnlich der eigentliche Badevorgang, von wo aus der Badende zur Abkühlung in den Warmluftraum (tepidarium) ging. Dort wusch er sich und ließ sich von geschulten Sklaven massieren. Mittelpunkt eines jeden Bades war das Warmbad (caldarium). Es lag immer der Heizung am nächsten, hier waren auch die Wände beheizt. An diesem Ort hielt sich der Badende am längsten auf, bevor er über den Warmluftraum ins Kaltbad zurückkehrte und zur Abkühlung ins Kaltwasserbecken tauchte. Der Badekreislauf war damit geschlossen.

(Filtzinger, Planck, Cämmerer: Die Römer in Baden-Württemberg, zitiert nach: Maier, Ulrich, Spuren römischen Lebens im Raum Heilbronn, S. 55)