

## *05. Goethe und andere Irre schwimmen gern im Eis. Betrachtungen eines chronischen Warmduschers.*

von Martin Amanshauser

Die Welt wird immer irrer. Zum Beispiel werden Warmduscher diskriminiert. Mir leuchtete nie ein, wieso man sich Warmwasser, wenn es die Epoche nun endlich fast weltweit fast kostenlos zur Verfügung stellt, beim Duschen absichtlich versagen sollte, wenn man nicht gerade den kernigen Lodenjanker-Freak in sich selbst zum Jauchzen und Jodeln bringen möchte. Missionarische Kaltduscher sind ja meist Leute, die sich am Trugbild eigener Härte aufgeilen. (Eine Mehrheit von denen glaubt sicherlich auch, dass hohes Fieber medikamentös nicht bekämpft werden darf, „der Körper muss selbst damit fertigwerden.“) Kurz gesagt, ich empfinde Kaltduscher als ungefähr so verhaltensgestört wie Impfgegner.

Das heißt nicht, dass ich das Verhalten jener Menschen ausgeglichen finde, die gänsehautüberzogen und windenden Torsos bis über die Kniescheiben an Gewässerrändern stehen und schließlich resignierend bekannt geben, solche Wassertemperaturen „seien nichts für sie“. Kühlere Gewässer sind zumindest für kurze Zeit problemlos betretbar, wenn es auch, je nach Dicke der eigenen

Fettschicht, eventuell nicht so unproblematisch ist, über längere Zeiträume in ihnen zu verweilen.

Eigentlich bin ich kein Freund der goldenen Mittelwege, da sie meist in die Mittelmäßigkeit führen. Doch wäre Warmduschen und notfalls Kaltschwimmen nicht ein tragfähiger Kompromiss?

**Ein paar Wahnsinnige treiben** das schöne Kaltschwimmen zum Exzess und schreiben sich bei den neuerdings populären Winterschwimmbewerben in eiswürfelkaltem Wasser ein. Okay, für einige Russen, Finnen oder den Eisschwimmer-Umweltschützer Lewis Pugh, der seine Körpertemperatur durch Konzentration um zwei Grad erhöhen kann, ist das tägliche Geschäft. Kalt meinerwegen, aber immer noch kälter als Breitensport, das ist ja wieder nur Dschungelcamp-Style auf Antarktis. Einer der größten Spinner dieser Sorte soll übrigens Goethe gewesen sein - der hackte bei seinem Gartenhaus in Weimar das Eis der Ilm auf, um reinzuspringen. Sicher auch Kaltduscher. Die Welt war offenbar immer schon irr. ☆

