

Της Ειρήνης Καμπερίδου  
B.A., M.A. Μέλους ΕΕΠ, Πανεπιστήμιο Αθηνών



Λουτύρες στην Ερέτρεια, δίπλα στον ναό του Απόλλωνα

## Τα ελληνικά λουτρά

**Π**οιος είπε ότι το "χαμάμ" το ανακάλυψαν οι Τούρκοι; Το αποκαλούμενο τουρκικό χαμάμ, η σημερινή σάουνα, είναι μια αρχαία ελληνική εφεύρεση, ευρύτατα διαδεδόμενη στην αρχαιότητα.

Τη σάουνα δεν την απολάμβαναν μόνο οι άνδρες αλλά και οι γυναίκες. Η χρήση του λουτρού και ιδιαίτερα του ατμόλουτρου ήταν πολύ διαδεδομένη στους αρχαίους Έλληνες. Τα Ομηρικά Έπη, εκτός από τα θαλάσσια λουτρά, μνημονεύουν και τα θερμά λουτρά μέσα σε ειδικές αίθουσες που ήταν κατάλληλα διαρρυθμισμένες. Ακόμα και τα αρχαία γυμναστήρια είχαν εφιδρωτήρια, όπου η υπερθολική ζέστη προκαλούσε μεγάλη εφίδρωση.

Τα ατμόλουτρα ήκμασαν τον 5ο αιώνα π.Χ.. Αυτά τα κέντρα έγιναν κέντρα διασκέδασης, τόποι συνάντησης και συζητήσεων, κατά προτίμηση πριν από το δείπνο.

Ιαματικά λουτρά, συνήθως κοντά σε πηγές, ήταν τα ονομαστά λουτρά των Θερμοπολών, τα οποία κατά τον μύθο άνοιξε η Αθηνά για να λουστεί ο Ήρακλής. Τα λουτρά της Σκοτούσης στη Μακεδονία, στα οποία αναφέρεται και ο Αριστοτέλης και τα περίφημα ιαματικά λουτρά



Καθρέπτες με χερούλι

της Αιδηψού (Πλούταρχος) που ήταν γνωστά από τον 3ο αιώνα π.Χ..

Οι Έλληνες γιατροί έδιναν πολύ μεγάλη σημασία στην υγιεινή, στην περιποίηση του σώματος και στις σωματικές ασκήσεις.

Τα αρχαίοτερα λουτρά στον κόσμο που ανακαλύφτηκαν από αρχαιολόγους βρίσκονται στο Πακιστάν και στην Κρήτη, στο παλάτι της Κνωσσού. Ένα από τα τελειότερα συστήματα αποχέτευσης που έχει έρθει στο φως ανήκει στο μινωϊκό πολιτισμό της Κρήτης -ατομικές μπανιέρες, οι οποίες μας θυμίζουν τις σημερινές τουαλέτες- ποδόλουτρα και ατμόλουτρα, τα οποία κατασκευάστηκαν μεταξύ 2.000 και 1.800 π.Χ.. Αποχετεύσεις κατασκευασμένες από πέτρα ή ξύλο, καθώς και κάθετες σωλήνες που κατασκευάστηκαν για να φέρει το νερό προς τα επάνω, αποδεικνύουν ότι οι κατασκευαστές προφανώς γνώριζαν τους κανόνες σχετικά με τον έλεγχο της θρήσκευσης του νερού. Είναι γεγονός ότι στο παλάτι της Κνωσσού δεν έλειπαν ούτε οι μπανιέρες ούτε τα αποχωρητήρια.

Η ιδέα του λουτρού ως διαδικασία αποκατάστασης είναι ξεκάθαρη στην Οδύσσεια. Οι ήρωες δεν λουζούνται μόνο για να γίνουν καθαροί, αλλά και για να απαλλα-

χθούν από την κούραση και να ξεκουράσουν τους μυς.

Από την άλλη πλευρά το λουτρό είχε και θεραπευτική αξία. Προτίμηση έδειχναν για πηγές πλούσιες σε ορισμένα ορυκτά. Οι σύγχρονες λουτροθεραπείες έχουν τις ρίζες τους σ' αυτήν την αρχαία παράδοση.

## "Το ιερό λουτρό"

Η ιδέα της τελετής της "κάθαρσης" με το νερό προήλθε από την ιδέα της σωματικής καθαριότητας. Η δε καθαριότητα του σώματος ήταν σύμβολο εξαγνισμού της ψυχής. Όχι μόνο το άτομο, αλλά και ολόκληρες πολιτείες και στρατοί υποβάλλονταν σε καθαρισμό. Απαγορευόταν η είσοδος στα ιερά των θεών στους "ακάθαρτους". Πίστευαν ότι θα οργιστούν οι Θεοί και κακό θα επισκεφτεί την χώρα.

Προς "κάθαρσιν" μεταχειρίζονταν το νερό ή το θάλασσιν νερό (θάλασσα κλόζει πάντα τα ανθρώπινα κακά), το αίμα θυσιαζομένων ζώων και το κάπνισμα θυμιαμάτων. Ο δε φαντισμός γινόταν με κλάδο δάφνης ή ελιάς. Ακόμα και η φωτιά ονομαζόταν "καθαρτήριον".

Ακόμα και πιο παλιά στα προελληνικά μυστήρια στα ιερά των Μεγάλων Θεών των Καβείρων στη Σαμοθράκη, μέσα στο κτίριο της μύησης το οποίο λέγεται και "Οίκος των Ανάκτων", υπήρχε μια μεγάλη "φιάλη" (κολυμπήθρα) για το βάπτισμα - ΤΟ ΙΕΡΟ ΛΟΥΤΡΟ- και το αγιασμένο νερό που έπιναν (αγιασμός).

Η εξέλιξη είναι το μυστήριο της βάπτισης (κάθαρσις) στους χριστιανικούς χρόνους.

Οι Βυζαντινοί φαίνεται ότι εφάρμοσαν την κάθαρση από τον 6ο αιώνα μ.Χ., οι δε Βενετοί τη συστηματοποίησαν το 1403 για την προφύλαξη κατά την μετάδοση λοιμώδων νόσων από θαλάσσιες επικοινωνίες. Η απομόνωση αυτή γινόταν ή εντός του πλοίου ή εντός "λοιμοκαθαρτηρίου".

Το θεμελιώδες μυστήριο της χριστιανικής λατρείας (η βάπτιση) ονομάζεται και "λουτρόν μυστικόν", "λουτρόν μετανοίας", καθώς και "λουτρόν γνώσεως".

## Το μπάνιο της Θεάς

Τα πανάρχαια ιερά λουτρά είχαν την αξία ενός εξαγνισμού όλης της πόλης.

Αργότερα η γιορτή του "μπάνιου" της Θεάς Αθηνάς, ονομάζόταν "ΤΑ ΠΛΑΥΝΤΗΡΙΑ". Οι Αθηναίοι πήγαιναν το "ξόανον" (το ξύλινο άγαλμα της Θεάς Αθηνάς Πολιάδας) στο Φάληρο και το ε-

ριχναν στη θάλασσα μαζί με το πέπλο της. Όταν το βύθιζαν στο νερό, πρόσφεραν στη Θεά γλυκά από ξερά σύκα. Το μπάνιο της Θεάς, που ήταν η προστάτια της Αθήνας, αποσκοπούσε στον εξαγνισμό της πόλης.

## Περιποίση του σώματος

Τα ελληνικά λουτρά παρουσιάζουν καλαίσθητη πολυτέλεια. Στο ομηρικό ανάκτορο της Τίρυνθας υπάρχει ωραία αίθουσα λουτρού με πάτωμα μονολιθικής πλάκας. Το νερό θερμαίνεται μέσα σε ένα ορειχάλκινο δοχείο που στηρίζεται επάνω σε ένα τρίποδο (πυριατήριον). Ο δε "λουτροχόος" (ή ο Θεραπαινίς ή θεράπων) έχχνε το νερό επάνω στον λουσμένο και μετά τον άλειφε με λάδι σε μια άλλη αίθουσα που ονομάζόταν "αλειπτήριον".

Πολλές πληροφορίες βρίσκουμε στον Όμηρο. Πολύ ενδιαφέρον είναι ότι οι ομηρικοί ήρωες λουζονταν μέσα σε μπανιέρα, κάτι που προορίστηκε να γίνει μια καθιερωμένη και τυπική δυτική συνήθεια.

Στο μπάνιο τους χρησιμοποιούν έλαια, βότανα και αρώματα.

Οι Έλληνες δεν γνώριζαν το σαπούνι. Στο μπάνιο χρησιμοποιούσαν ή ανθρακικό αλάτι από ακάθαρτη σόδα, ορυκτό ή διάλυση ποτάσσους.

Πλέονταν πάντα το βράδυ πριν από το δείπνο. Μια συνήθεια τόσο διαδεδομένη, που η λέξη "λουνόμαι" και πηγαίνω να δειπνήσω ήταν ουσιαστικά συνώνυμα. Όταν ήταν καλεσμένοι σε γεύμα πήγαιναν στον κουρέα, ο κουρέας δεν περιποιόταν μόνο τα μαλλιά τους, αλλά και τα νύχια των χεριών και των ποδιών - το σημερινό MANICURE και PEDICURE.

Μεγάλη ήταν η φροντίδα που έδειχναν οι αρχαίοι Έλληνες για την περιποίηση και καθαριότητα των μαλλιών και του σώματός τους.

Η κόμμαση στην αρχαιότητα ήταν η τέχνη να καθιστά ωραία (beautify) την περιποίηση των μαλλιών και κατ' επέκταση την περιποίηση του σώματος. Οι αρχαίοι θεωρούσαν το κτένισμα και τη φροντίδα των μαλλιών τέχνη. Το δεύτερο έργο της κόμμασης ήταν η φροντίδα του προσώπου και γενικά όλου του σώματος.

## Η "κοσμητική"

Η κοσμητική ήταν από τις παλαιότερες τέχνες. Στην αρχαία εποχή ήταν συνδεδεμένη με την ιατρική. Οι αρχαίοι Έλληνες και όλοι οι πολιτισμένοι λαοί από αρχαιοτάτων χρόνων χρησιμοποιούσαν κοσμητι-

κά.

Είχαν ξεχωρίσει τη μαγεία και τη θρησκεία από την ιατρική, αλλά θεωρούσαν ότι η κοσμητική ήταν συνδεδεμένη με την ιατρική με την έννοια όχι μόνο του καλλωπισμού αλλά και για υγιεινούς σκοπούς.

Στα αρχαία συμπόσια βλέπουμε ότι σταν ο καλεσμένος έφτανε σε ένα σπίτι για να δειπνήσει, οι δούλοι του έβγαζαν τα παπούτσια και τα πόδια.

Στο συμπόσιο του Πλάτωνα βλέπουμε το Σωκράτη "καλοπλυμένο, με σανδάλια στα πόδια του, που καθόλου δεν συνήθιζε να φορά", να πηγαίνει στο σπίτι του ποιητή Αγάθωνα.

Για το παιδί που πήγαινε στην παλαιότρια, απαραίτητη εφόδια ήταν το σφουγγάρι, το μικρό αγγείο για το λάδι (αλάβαστρος) και η μπρούτζινη ξύστρα (στέλγις) που ήταν μια σπάτουλα με υδρορροές που στην άκρη ήταν κυρτωμένη. Πλενόταν σε μια πηγή ή σε μια πέτρινη γούρνα. Μετά άλειφε όλο το σώμα του με λάδι και σκόρπιζε επάνω στα μέλη του άμψιο ή σκόνη. Η υγιεινή επέβαλε αυτήν την τακτική. Όταν τελείωνε ο αγώνας η στέλγις ήταν απαραίτητη για να καθαρίσει το σώμα του από το στρώμα λαδιού και σκόνης που ήταν ανακαπτεμένα με τον ίδρωτα του. Μετά απ' αυτό το παιδί ξαναπλένοταν.

Η παλαιότρια ήταν ένα γήπεδο ανοιχτό, τετράγωνο, με τοίχους ολόγυρα. Σε μια πλευρά της παλαιότριας υπήρχαν χώροι κλειστοί με λουτρά, μαγαζάκια που πουλούσαν άμψιο και λάδι - απαραίτητα υλικά για τις σωματικές ασκήσεις των Ελλήνων.

Οι αθηναϊκές παλαιότριες είχαν πισίνες. Η κυρλακή πισίνα των γυμναστηρίου των Δελφών έχει 9,7 μ. διάμετρο και 2 μ. βάθος. Μπορούσε λοιπόν κάποιος να κολυμπήσει.

Χωρίς αμφιβολία, οι αθλητές, πριν κάνουν το μπάνιο τους ομαδικά στην πισίνα, πλέονταν στις γούρνες που ήταν κάτω από τις κρήνες.

Στον 60 αιώνα π.Χ. στην Αθήνα υπήρχαν μνημειώδεις κρήνες, όπου γυναίκες γέμιζαν τις στάμνες τους, και όπου μπορούσαν ακόμα να σταθούν ακριβώς από κάτω και να κάνουν το "ντουζ" τους - πολλά αγγεία δείχνουν τέτοιες σκηνές. Μα πώς αλλιώς εξελίχτηκε το σύγχρονο ντουζ;

Τα παιδιά μάθαιναν από μικρά να πλέονται και να κολυμπάνε στη θάλασσα και στα ποτάμια.

Τα σπαρτιατόπουλα έκαναν κάθε μέρα το μπάνιο τους στον Ευρώπη. Η Ναυσικά και οι δούλες της έκαναν το μπάνιο τους

στο ποτάμι.

Το μπάνιο σε ανοιχτό χώρο γενικά εγκαταλείφθηκε στο τέλος του 5ου αιώνα. Άρχισε να γίνεται σε αιθουσα λουτρού. Το νερό έρεε από σωλήνες κατασκευασμένους από μολύβι.

Υπήρχαν και μηχανήματα τρεχούμενου νερού αποκλειστικά για τα πόδια (ποδόλουτρα).

Οι ήρωες του Ομήρου και οι Έλληνες της κλασικής εποχής γνώριζαν το λουτρό της καθαριότητας, της ξεκούρασης και το ατομικό μπάνιο. Η μπανιέρα (πύελος) μπορούσε να είναι και σκαλισμένη σε βράχο. Οι μπανιέρες της Ολύνθου έχουν βάθος που σχηματίζει ένα κάθισμα.

Στην Ερέτρεια, στο σημείο συνάντησης των τριών κύριων οδών της σύγχρονης Ερέτριας, των οδών Θεάτρου, Απόλλωνος και Αρτέμιδος, ανακαλύφτηκαν τμήματα ενός λουτρού, το οποίο θα πρέπει να ανήκε στο γυμνάσιο παρά τον λιμένα.

Το πάνω γυμνάσιο ήταν εφοδιασμένο με ένα κυκλικό χώρο θερμού λουτρού. Υπάρχουν δύο που χρονολογούνται μετά το 198 π.Χ..

Στην ανατολική πλευρά του βορειότερου κυκλικού κτίσματος υπάρχει ασβεστόλιθο δάπεδο το οποίο περιείχε λουτρά. Οι κόλακες βυθίζονται προς τα ΒΔ, όπου υπάρχει αποχέτευση, η οποία με ένα πήλινο αγωγό περιθέει το κυκλικό κτίσμα.

Έναν άλλο ιδιαίτερο χώρο τον χρησιμοποιούσαν μετά το θερμό λουτρό για ψυχό λουτρό. Το πάνω γυμνάσιο χρονολογείται τον 2ο αιώνα π.Χ..

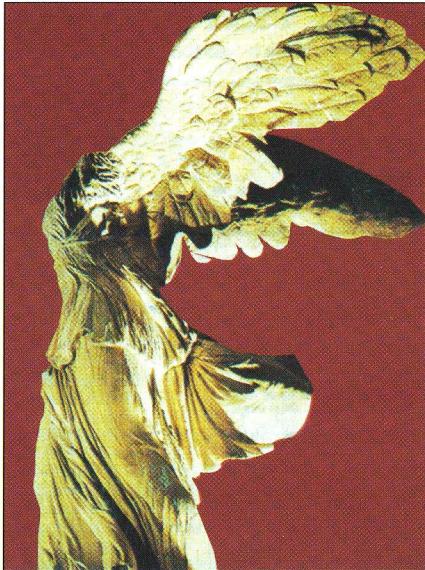
Το περιορισμένο μέγεθος των θόλων και η πυκνότητα διάταξης 21 λουτήρων στην κυκλική αίθουσα εξυπηρετούσαν τη θερμανση του χώρου.

Στην πρώτη φάση χρησιμοποιούσαν ρηχές πήλινες λεκάνες, οι οποίες αργότερα αντικαταστάθηκαν από κυκλικές ασβεστόλιθινες λεκάνες. Όπως έδειξε ο GINOUES, η μετατροπή των λεκανών αντιπροσωπεύει το στάδιο μεταβίβασης στο ολόσωμο λουτρό (ντουζ).

Οι λεκάνες -οι κάδοι- κυκλικές σε σχήμα αυγού, χρησίμευαν για το πλύσιμο ορισμένων μερών του σώματος ή για το μπάνιο των μικρών παιδιών. Για να πλένουν τα πόδια χρησιμοποιούσαν ένα κάδο μεταλλικό και ωρχό.

Δημόσια λουτρά υπήρχαν στην Αθήνα από τον 5ο αιώνα και έγιναν ακόμη περισσότερα τον 4ο αιώνα π.Χ.. Υπήρχε και ζεστό νερό.

Οι Έλληνες δεν πήγαιναν στα δημόσια λουτρά μόνο για να πλυθούν, αλλά για να συναντήσουν τους φίλους τους και να



**Η Νίκη της Σαμοθράκης**

κουβεντιάσουν.

Στα περισσότερα απ' αυτά τα λουτρά δύο αιθουσες τις κρατούσαν αποκλειστικά για γυναίκες. Όμως οι Αθηναίες της αστικής τάξης έκαναν το μπάνιο τους στο σπίτι τους σε ιδιαίτερες τοναλέτες.

Στην Αθήνα υπήρχαν δημόσια λουτρά, λουτρά επιχειρηματιών και ιδιωτικά λουτρά. Τα δημόσια λουτρά συνήθως ήταν εγκατεστημένα κοντά στα γυμναστήρια. Το διαμέρισμα μέσα στο οποίο άφηναν τα ενδύματά τους οι λουόμενοι λεγόταν "αποδυτήριον". Ο διευθυντής του λουτρού στον οποίο πλήρωναν είσοδο λεγόταν ο "βαλανεύς". Αξιοθαύμαστα επίσης είναι τα λουτρά και τα αποχευτικά συστήματα που έφεραν στο φως οι ανασκαφές στη Βεργίνα και στο Δίον.

Με την επίδραση των Ελλήνων, το λουτρό διαδόθηκε με το χρόνο ευρύτατα και στους Ρωμαίους.

Εκτός από το μεγάλο αριθμό αρχαίων έργων που εκτίθενται σε ολόκληρη την Ελλάδα σήμερα (Σαμοθράκη, Ερέτρεια, Αθήνα, Κόρινθο, Κρήτη, Βεργίνα, Δίον...) παραστάσεις ελληνικών αγγείων με θέμα το ελληνικό λουτρό υπάρχουν και σε πολλές χώρες.

Στο Μουσείο του Λονδίνου εκτίθενται παραστάσεις αγγείου με θέμα το ελληνικό λουτρό στα προϊστορικά χρόνια.

Στο Μουσείο του Βερολίνου μπορείτε να δείτε παραστάσεις με εγκαταστάσεις ενός αρχαίου γυναικείου λουτρού.

Το προς καθαρισμό και εξαγνισμό το λουτρό, η βάπτιση, όπως έχουμε ήδη αναφέρει, εμφανίστηκε στους προϊστορικούς χρόνους στη Σαμοθράκη - απαραίτητη τελετή της κάθαρσης για την μύηση μελών

στα πανάχαια μυστήρια των Καβείρων.

### Σαμοθράκη

Βάπτισμα λέγεται και η πρώτη μύηση σε κάτι, η πρώτη δοκιμασία "έλαβα το βάπτισμα του πυρός", "βάπτισμα αίματος". Η κολυμπήθρα "Σαμοθράκη" υπάρχει σήμερα ακόμα και σε πολλούς ναούς της Δύσης.

"Μετανοήσατε και βαπτισθείτε έκαστος υμών ονόματι Ιησού Χριστού εις άφεσιν των αμαρτιών υμών" (Πράξ. Αποστ. 2,38).

Το βάπτισμα, ως συμβολική πράξη κάθαρσης και αγνίσμού, με μορφή ολόσωμου λουτρού, η πλύσις χεριών ή προσώπου, ή απλώς με ραντισμό από νερό ή αἷμα, εξελίχθηκε και στους σημερινούς αλλοδρήσκους λαούς.

Στους αρχαίους χριστιανικούς ναούς υπήρχε πάντοτε διαμέρισμα για την τελετή της βάπτισης. Βαπτιστήρια ανακαλύφτηκαν στη Σαμοθράκη, στην Εκατονταπλατανή Πάρο.

Από τα χρόνια του Ιουστιανού άρχισε να γενικεύεται ο σημερινός νηπιοβαπτισμός.

Βρέθηκαν κολυμπήθρες πλούσιων ναών, ανακτόρων κ.λπ. από χρυσό ή άργυρο με ωραιότατες έγγλυψες παραστάσεις, που είναι πραγματικά έργα τέχνης. Το ωραιότερο και το λαμπρότερο ασφαλώς είναι της Αγίας Σοφίας στην Κωνσταντινούπολη, "Μέγας Βαπτιστήριο" όπως ονομάζεται. Είναι δε έγκλημα το γεγονός ότι το 1623 μεταβλήθηκε σε μαυσωλείο του Σουλτάνου Μουσταφά του Α'.

Πρώτον, γνωρίζουμε από μαρτυρία του Κωνσταντίνου του Πορφυρογεννήτου ότι τα λουτρά της Κωνσταντινούπολης κατασκευάστηκαν από Έλληνες αρχιτέκτονες του Χριστοδούλου κατά τα βυζαντινά πρότυπα, όπου βρίσκουμε τρεις άνισους θερμανόμενους χώρους. Όπως και στους αρχαίους προγόνους τους, και οι Βυζαντινοί είχαν "ψυχοδολούσία", χλιαρό νερό και θερμόλουτρα. Αργότερα τα τουρκικά λουτρά έγιναν το αντίγραφο των Βυζαντινών λουτρών.

Ας μην ξεχνάμε ότι η σημαντικότερη θρησκευτική τελετή των αρχαίων Ελλήνων άρχισε με ένα "ιερό λουτρό" και ότι ο πολιτισμός του σώματος είναι αναπόσπαστο κομμάτι του γενικού πνευματικού πολιτισμού της αρχαίας Ελλάδας που επηρέασε διαμέσου των αιώνων πολλούς λαούς μεχρι σήμερα.