

Questioni di ieri e di oggi

Dalle terme romane al bagno turco

Le terme occupavano un posto fondamentale nella vita sociale dei Romani. Non esisteva città, grande o piccola, che non disponesse di un impianto termale pubblico, a cui i cittadini accedevano gratuitamente o dietro pagamento di un prezzo bassissimo. Come i giochi dell'anfiteatro, le gare del circo, il teatro e le distribuzioni alimentari, anche le terme qualificavano quella che i Romani chiamavano *civilitas*, 'la civiltà'.

Particolarmente famose, per dimensioni e lusso, erano le **terme di Roma**, alla cui costruzione e al cui funzionamento gli imperatori destinarono risorse ingenti. Si pensi che i complessi termali costruiti a Roma da Traiano, da Caracalla e da Diocleziano occupavano superfici comprese tra i 110.000 e i 150.000 m² [cfr. figg. 1-2]. Oltre a questi, esisteva una miriade d'impianti più piccoli, sparsi in tutta la capitale (nel IV secolo d.C. se ne contavano ben 856!) e gestiti da privati. Le voci



Fig. 1 Le Terme di Caracalla a Roma, 212-216 d.C.

Queste imponenti rovine delle Terme di Caracalla, corrispondenti agli ambienti del *frigidarium*, destinati ai bagni freddi, rendono l'idea della vastità e dell'imponenza del complesso.

Fig. 2 Le Terme di Caracalla

[disegno ricostruttivo]

Questo disegno ricostruttivo delle Terme di Caracalla fa comprendere come le terme fossero tutt'altro che una semplice serie di piscine e di vasche. Vi si trovavano giardini, spazi per la conversazione, palestre, sale di riposo e di lettura. Le terme erano strutture complesse finalizzate all'igiene e alla vita sociale.



più costose erano rappresentate dal legname per le caldaie, dagli inservienti e dalla manutenzione ordinaria e straordinaria di edifici sottoposti a una notevole usura.

L'orario di apertura andava dal mattino al tramonto. Inizialmente, esigenze di pudore spinsero a riservare la mattina alle **donne** e il pomeriggio (l'orario migliore) agli **uomini**. Ma col tempo questa separazione tra i sessi fu sempre meno rispettata: donne e uomini si mescolavano normalmente negli stessi spazi, suscitando lo scandalo dei benpensanti.

Le terme avevano anzitutto una **funzione igienica**. Sappiamo che le abitazioni della gente comune erano abbastanza malsane, prive di acqua corrente e di servizi igienici. Le terme erano invece spazi ampi e ariosi, puliti e pieni di luce dove l'acqua scorreva a profusione.

Le terme erano **edifici complessi**. Dagli spogliatoi si passava a tutta una serie di ambienti, diversi per forma e dimensioni: il *sudatorium*, sala riscaldata con aria calda oppure con vapore, per i bagni di sudore; il *calidarium*, per i bagni caldi; il *tepidarium*, per i bagni tiepidi; il *frigidarium*, per i bagni freddi [cfr. fig. 3]; la *natatio*, una vera e propria piscina per il nuoto, solitamente scoperta.

Adiacente a questi locali era la **palestra**, costituita da un vasto spazio aperto circondato da portici e da locali coperti per i giochi e per le attività atletiche. Ciascuno si dedicava all'attività preferita: corsa, lotta, pugilato, sollevamento pesi, scherma...

I medici raccomandavano di prendere i bagni seguendo alcune regole precise, che ancora oggi sono alla base di una corretta **idroterapia**: a un'abbondante sudorazione dovevano seguire immersioni alternate nell'acqua fredda e calda; il tutto poteva concludersi con una buona nuotata in piscina. Queste operazioni agivano beneficamente sul ricambio della pelle e sulla circolazione, disintossicando e riattivando l'organismo.

Dopo le abluzioni venivano i **massaggi** con oli e unguenti profumati. I cittadini più ricchi avevano i propri massaggiatori personali; gli altri potevano avvalersi, pagando un supplemento, dei servizi del personale delle terme, oppure si assistevano a vicenda.

I grandi complessi termali disponevano anche di vasti **giardini** con portici e fontane, ambienti per **spettacoli** e **biblioteche**, sale di ristoro dove era possibile consumare cibi e bevande.

Gli abitanti delle città romane trascorrevano la maggior parte del tempo fuori casa, e affollavano tutti i luoghi che offrivano occasioni d'incontro. Le terme erano forse il luogo ideale per questa esigenza: erano una specie di **salotto cittadino**, dove s'incontravano gli amici, si conosceva gente nuova, si parlava del più e del meno e si concludevano affari.



Fig. 3 Fontana con le vasche delle Terme di Caracalla

[Piazza Farnese, Roma]

Due delle splendide vasche in granito che si trovavano nel *frigidarium* delle Terme di Caracalla possono essere oggi ammirate, adibite a fontane, nella Piazza Farnese di Roma.

L'uso delle terme scomparve, in Occidente, con la caduta dell'impero romano. Le città dell'Europa medievale e moderna non conobbero nulla di simile, e anche per questo le condizioni igieniche dei loro abitanti erano molto inferiori a quelle dell'epoca romana, e le epidemie più diffuse. Le terme romane sopravvissero invece in altre aree e in altre culture: deriva infatti da esse l'*hammam* ('bagno') arabo, che solitamente viene chiamato in modo improprio "bagno turco". L'*hammam* è ancora oggi una caratteristica importante della civiltà islamica.

La cultura occidentale ha per molto tempo immaginato l'Oriente islamico come un mondo dominato dalla sensualità. È questo lo stereotipo dell'Oriente ricco, indolente, dedito ai piaceri dell'esistenza. In questo modo la cultura occidentale non faceva altro che esprimere un senso di superiorità e proiettare sugli altri i propri sogni e le proprie fantasie. Anche l'*hammam* fu inserito in questa visione, anzi ne divenne una componente essenziale: si immaginava che quel luogo fosse caratterizzato da un'atmosfera erotica e fosse quasi il simbolo di un modo di vivere completamente diverso da quello occidentale [cfr. fig. 4].

Nulla di più falso. L'*hammam* islamico aveva la stessa funzione igienica e sociale delle terme romane. Spesso esso sorgeva inoltre nei pressi dei luoghi di culto, le moschee, perché offrire ristoro e pulizia ai poveri era considerato anche un dovere religioso.



**Fig. 4 Jean-Léon Gérôme,
Scena di bagno, 1881**

[Collezione privata]

Questo quadro dipinto da Jean-Léon Gérôme rappresenta la tipica visione occidentale dell'*hammam*, concepito come un luogo intriso di un'atmosfera languida e sensuale.