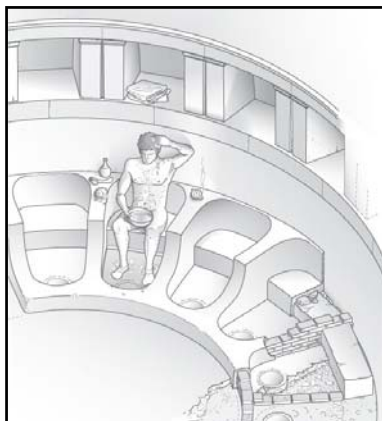


Civilisation : Bains et thermes

- Les bains grecs apparaissent vers le V^{ème} siècle av. J.-C., les bains romains à partir du III^{ème} s. av. J.-C.) ; alors que les thermes romains apparaîtront sous l'Empire (en 33 av. J.-C.).
- Le mot « thermes » vient du grec θερμός (.....). Pour désigner les bains, les Grecs utilisaient le mot « τὸ βαλανεῖον » qui devient « balnea » en latin. Le mot « thermes » ne s'applique qu'aux complexes les plus développés, c'est-à-dire comprenant bains, annexes, sport et culture.



Les bains grecs (τὰ βαλανεῖα)

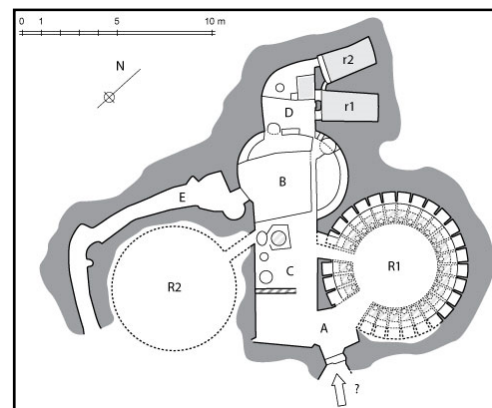
- Ces bains collectifs étaient chauffés, ce qui implique sans doute une forte consommation en bois et des esclaves pour entretenir les chaudières.
- La rareté des bains privés, même parmi les élites, et la familiarité qu'évoque le bain collectif dans les œuvres littéraires et scientifiques impliquent une **forte fréquentation**. De toute évidence, un établissement de bains était une affaire rentable, bien qu'on ne puisse fournir aucune indication concernant les prix de revient et d'entretien.
- En véritable précurseurs, les grecs ont pressenti très tôt les bienfaits de l'eau pour le corps. Après s'être rincés à grand renfort d'eau chaude, les grecs s'enduisaient d'huile qu'ils raclaient à l'aide d'une spatule appelée « strigile ».

- Les bâtiments semblent avoir tous été construits sur un modèle similaire : une grande salle appelée « θόλος » dans laquelle étaient disposées en rond une vingtaine de cuves individuelles, les « πύελος ». Dans ces sortes de grands sièges, la toilette était individuelle et se faisait en position assise.

Les baigneurs n'étaient cependant pas coupés les uns des autres et pouvaient discuter. A cela s'ajoutait parfois de petits bassins, les « λουτήρια », et des salles dédiées aux bains avec des baignoires dites de délasserment. A l'image de la place publique, les bains étaient un lieu important de la vie sociale. Toutes les strates de la société s'y rencontraient et s'y côtoyaient.



- **Τὸ ἐν Σηραγγίῳ βαλανεῖον** est l'un des sites les mieux connus par l'archéologie. Il a été mis au jour à la fin du XIX^e siècle au pied de la colline de Munychie, dans le port du Pirée à Athènes. Il s'agit d'un des rares βαλανεῖα du monde grec à exploiter des **cavités naturelles** —ici, les cavernes de la colline de Munychie. Un corridor creusé dans la roche, d'une quinzaine de mètres environ, donne accès à deux salles circulaires d'environ six mètres de diamètre. Le complexe comporte les traces d'un bassin destiné vraisemblablement à l'immersion dans l'eau froide, mais aussi deux pièces ayant pu contenir des chaudières et des réservoirs. Deux mosaïques, situées à l'entrée du site, ont été conservées. Une cavité naturelle pouvait présenter un intérêt face au risque d'effondrement qui menaçait la charpente des βαλανεῖα.



Les bains publics romains (*balnea*)

Dans les premiers siècles de Rome, l'hygiène laisse beaucoup à désirer ; c'est aux Grecs que les Romains empruntent ces nouvelles habitudes de propreté.

A partir du III^{ème} s. av. J.-C., ces petits édifices sombres sont uniquement destinés à la toilette, sont payants mais peu coûteux. On s'y rend aux *nundinae*, tous les 9 jours ; le reste du temps, on se contente d'une toilette rapide à l'aide du *strigile*. En 33 av. J.-C. Rome compte 170 établissements de bains et 856 au IV^{ème} siècle ap. J.-C.

Les thermes romains

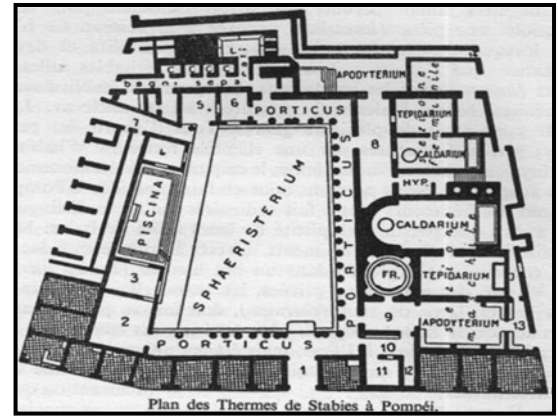
Il s'agit de vastes complexes de loisirs gratuits financés et construits par l'empereur. On y vient dès le début de l'après-midi pour se laver, mais aussi et surtout pour se détendre, faire de l'exercice physique et retrouver ses amis. L'entrée est gratuite et chaque citoyen y passe deux heures par jour en moyenne avant la *cena* (repas du soir). Les thermes les plus célèbres sont ceux de Caracalla (sur 11 hectares) et ceux de Dioclétien (14 hectares) : ils pouvaient accueillir jusqu'à 1500 baigneurs à la fois (la grande piscine couvraient 2500m²).

Les thermes sont richement décorés : immenses voûtes recouvertes d'or, énormes colonnes, marbres les plus rares, mosaïques, vitraux colorés, tableaux, statues.

Visite guidée

Les thermes se composaient ainsi :

- de vestiaires (**apodyterium**),
- de salles très chaudes pour le bain de vapeur (**sudatorium**),
- de salles tièdes (**tepidarium**),
- de salles chaudes (**caldarium**),
- de salles froides (**frigidarium**),
- d'un gymnase (**palaestra**),
- de bibliothèques,
- de salles de massage,
- de salles de repos, de conversation, de conférences,
- de jardins pour la promenade,
- de boutiques et des vendeurs ambulants.



Les thermes, mode d'emploi

Avant d'entrer dans les bains eux-mêmes, il faut avoir bien transpiré pour faire sortir la crasse. On commence par un peu de sport à la **palaestra** : jeux de balle, course à pied, haltérophilie. Ceux qui n'aiment pas l'effort physique vont transpirer dans le **sudatorium**.

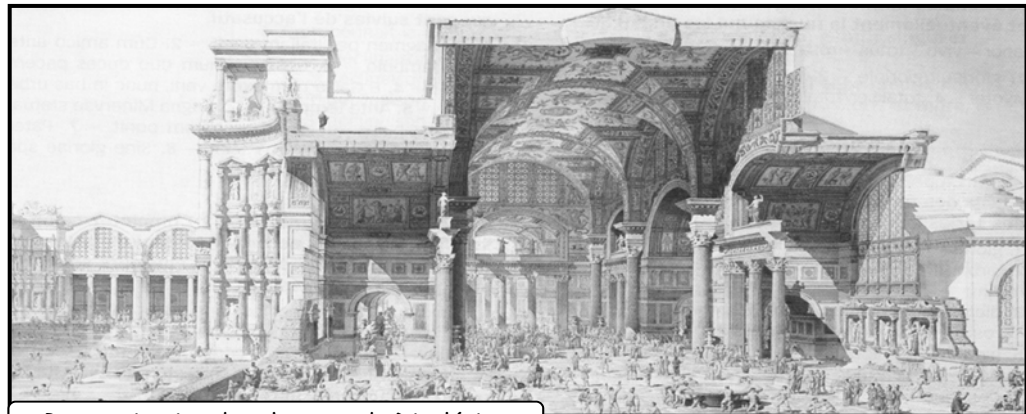
Il faut laisser ses vêtements à l'**apodyterium**, sous la garde d'un esclave. Ensuite on entre dans le **caldarium**. On puise de l'eau dans une grande vasque, le **labrum**, ou l'on s'immerge dans une piscine, l'**alveus**. Pour éliminer la sueur et la crasse, on se racle la peau avec le strigile.

On passe alors dans le **tepidarium** pour se préparer en douceur au passage dans le **frigidarium**. Sorti de l'eau, on se fait masser et éventuellement épiler et parfumer.

Comment Ça marche ?

- Les établissements de bains supposent une excellente maîtrise technique du chauffage de l'eau et de l'air, car les différentes salles proposent des « ambiances » différentes. La température nécessaire aux bains chauds et tièdes est obtenue par un système de chauffage central.

- La chaleur des salles chaudes provient d'un système complexe de

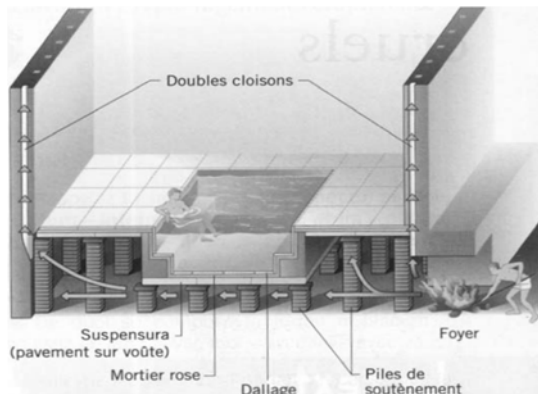


Reconstitution des thermes de Dioclétien

conduits d'air chaud produit par de grands foyers alimentés en charbon par des esclaves (l'air chaud se répand sous les carrelages et s'échappe par des tubulures en terre cuite situées dans les parois des salles). Ce système appelé **hypocauste** (< ὑπόκαυστον = ὑπο « sous » + καυστόν « combustible ») existait également dans les demeures des Romains les plus riches.

- L'hypocauste est situé à proximité du **caldarium** qui nécessite une importante production de chaleur. Le **tepidarium** est un peu plus éloigné ; ainsi, l'air et l'eau peuvent refroidir pendant qu'ils circulent dans les canalisations.

Mais, parfois, les Romains utilisaient des ressources naturelles : en Italie, puis dans les territoires de leurs conquêtes, ils ont recherché avec une grande attention toutes les sources d'eau chaude. Ils ont construit là des thermes alimentés



Hypocauste d'une villa gallo-romaine à Saint-Romain en Gal (2005)

naturellement en eaux dont les vertus curatives ont été vérifiées : les stations modernes de thermalisme sont généralement situées sur ces sites.

La postérité des thermes romains

Par la suite, les hammams et les « bains turcs » continueront la tradition des bains grecs et romains, en Orient et en Afrique du Nord du moins, car, pendant des siècles, en Europe occidentale, on n'aimera guère se laver par peur de l'eau !