

История бани: откуда она к нам пришла?

*«В бане моются только ленивые,
кому от грязи чесаться лень»*

Когда возникла баня? Наверное, в тот день, когда кто-то из наших предков решил согреть воду на очаге и ополоснуться ею, не выходя на улицу...

И все же, исторические источники позволяют нам заглянуть в глубину веков, чтобы узнать, как парились древние.

Египетская сила

Историки считают, что баня возникла за 6 тыс. лет до Рождества Христова. Уже тогда египетские жрецы понимали важность чистоты тела и мылись вместе в больших парных по 4 раза в день. В Древнем Египте было большое количество бань, доступных каждому. Посещение бани и умеренность в еде считались у египтян залогом здоровья и долголетия.

Лаконикум – баня по-гречески

Первые бани возникли в Греции задолго до начала нашей эры. По легенде, их основателем был Александр Македонский, который во время похода на Египет (330-е годы до н.э.) пристрастился к тамошним банным традициям. Египетские купальни настолько понравились царю, что по возвращении в Грецию он развернул масштабное строительство аналогичных бань по всей стране. Так появились греческие бани – лаконикумы, которые очень быстро обрели популярность и стали центром культурной жизни населения.

Баня – римский культ

Но в древние времена наибольшей популярностью баня пользовалась в Риме. Более того, баню в этой стране можно назвать культом. Даже при встрече в Древнем Риме говорили: «Как потеешь?». Для римлян баня была не просто местом, где они мылись и оздоравливались – здесь читали стихи, пели, рисовали и просто проводили время с друзьями.

Согласно одному древнему трактату, баня дает десять преимуществ: ясность ума, свежесть, бодрость, здоровье, силу, красоту, молодость, чистоту, приятный цвет кожи и внимание красивых женщин. Так что не удивительно, что наши предки по всему миру на протяжении тысячелетий любили ходить в баньку!

Александр АНЕЧКИН