

CLOTHING AND CURA CORPORIS IN THE CASE OF THE ROMANS

Dana Nicola

PhD Student, West University of Timișoara

Abstract: The current study presents aspects of Roman culture and civilization, referring specifically to Roman clothes and body care. The care regarding their own body, their clothes and other accessories is a duty for the Romans, together with the duties towards the Gods, family and citadel. Regarding the clothes of the Romans, it includes two categories of clothes: underwears, worn during both the day and during the night, indumenta, and those ones covering the body, worn during the day, amictus. There are listed and described clothes and footwear items specific to both Roman men and women. The current study introduces toga, the national costume of the Romans, which differences the Roman citizen and from those ones who are not or are foreigners. There are mentioned the inconvenients of this type of clothing and the tendency of replacing them with more convenient ones. Clothes clean-up methods are presented in the study, as well.

An important role in the process of body care of the Roman man is the cutting of the beard and hair dressing. In what concern the hair and the beard, there is a tendency to copy the king's style. Beard and hair maintenance turned into a civic duty and became, thanks to its importance, a rite. As far as that goes for women, body care means the addition of accessories to the clothes and the hair dressing according to the trends of the moment.

The real process of cleaning and sanitation of the body takes place in Roman public baths, which even if inspired by the Greeks, they established a specific roman reality, combining the physical condition and healthy body with the necessity of mind satisfaction. The article presents a brief history of baths, their structure and their way of operation, focusing on the ritual of bathing. In the end, it is pointed the fact that baths style passes the boundaries of Rome.

Keywords: baths, beard, body care, clothes, hair.

Curățirea trupului a depășit în timp statutul de proces fizic mecanic¹(tr.n.) axat pe îndepărtarea murdăriei, dobândind dimensiuni morale, transformându-se într-o adevărată virtute cautată de toți membrii oricărei societăți. În acest context se impune a menționa și legătura curățeniei cu frumosul prin care se surprinde ordinea lumii exterioare, dar și armonia trăirilor interioare.

Poporul roman, în toate perioadele sale istorice, obișnuia să se bucure intens de timpul zilei, motiv pentru care exista generala tendință a trezitului devreme, pentru a avea timpul necesar săvârșirii tuturor îndatoririlor: față de zei, față de familie, față de cetate și, nu în ultimul rând, față de propria persoană, care includea grija față de propriul corp, față de îmbrăcămintea purtată și față de celelalte accesorii.

În ciuda grijii pentru corpul lor și pentru ținută, romanii nu dedicau dimineața foarte mult timp igienei corporale și îmbrăcatului, operațiunea îmbrăcării fiind simplificată de faptul că un rând de haine, cel ce acoperea direct trupul, era păstrat atât în timpul nopții cât și în timpul zilei. Celălalt rând de haine, de care se debarasau în timpul nopții, era cel mai adesea folosit drept cuvertură suplimentară. Așadar, în momentul ulterior trezirii, încălțările, atât la bărbați cât și la femei, erau cele care aveau prioritate, indiferent pentru ce model se opta dintre *soleae*, un fel de sandale, *pero*, opinci din piele netăbăcită, *crepidae*, espadrile din piele, *calcei*, pantofi de piele de culoare roșie la patricieni și neagră la senatori, cu șireturi încrucișate, *caligae*, ghete complet încheiate.²După aceasta, îmbrăcarea togii reprezenta singura activitate ce le lua romanilor din timpul dimineții.

Dimineața, *cura corporis* se rezuma la spălarea pe mâini și pe față cu apă curată, restul corpului urmând să fie îngrijit în cursul după-amiezei, când fiecare roman, zilnic, își petrecea timpul la termele publice. Acest obicei de a se spăla sumar era comun atât bărbaților cât și femeilor.

În ceea ce privește îmbrăcămintea romanilor, aceasta cuprindea două categorii de haine: cele care se purtau pe dedesubt, direct pe corp, atât pe parcursul zilei cât și în timpul nopții,

¹ Virginia Smith, *Clean: A personal history of hygiene and purity*, Oxford, Oxford Press, 2007, p. 24.

²Jérôme Carcopino, *Viața cotidiană în Roma la apogeul Imperiului*, în românește de Cicerone Theodorescu; prefață și note Dumitru Tudor, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1979, p. 194.

indumenta, și cele purtate deasupra, doar pe perioada zilei, *amictus*. *Indumenta* cuprindea o bucată simplă de pânză, de cele mai multe ori din in, care se lega în jurul mijlocului. Aceasta se numea *subligaculum* sau *licium* și a fost, în perioada începuturilor, singurul veșmânt purtat direct pe trup și de către toată lumea, indiferent de rang. Femeile mai foloseau o bucată de material, *strophium* sau *mamillare*, ca un fel de bustieră, cu care își acopereau sânii. Erau romani care se lipseau de acest veșmânt îmbrăcând direct *toga*. Ulterior, peste această bucată de pânză se îmbrăca *tunica*, croită ca o cămașă fără mâneci sau cu mânecile până la cot, din două bucăți, *plagulae*, una în față, alta în spate, cusute laolaltă. Era fie de in, fie de lână, se îmbrăca vârându-se pe cap și se strângea cu o centură în jurul mijlocului, lăsându-se să cadă inegal. Se considera că nu este cuviincios ca cineva să nu fie încins peste tunică. Acest obiect de îmbrăcăminte devine comun tuturor cetățenilor, fiind purtat de ambele sexe, cu deosebirea că *tunica* femeilor era mai lungă, căzând pe călcâie și purtând denumirea de *tunica talaris*. În timp, *tunica* femeilor tinde să fie strâmtată pe corp. Adesea femeile purtau două tunici una peste alta, *tunica* exterioară purtând numele de *stola*, lungă până la glezne, cu sau fără mâneci, cu dungi de purpură la guler sau la margini, devenită simbol al femeilor căsătorite. Peste aceasta femeile înfășurau un șal, *supparum*, ce cobora de la umeri până la picioare. Culorile și calitatea materialului, cel mai adesea bumbac și mătase importate din India, erau cele care determinau varietatea, nu haina însăși. *Tunica* purtată de soldați și de călugări era mai scurtă decât cea a cetățenilor obișnuiți, care spre deosebire de a primilor, era tivită cu o margine lată de purpură numită *laticlava*. În perioada Imperiului romanii obișnuiau să poarte două tunici una peste alta, una interioară, *subucula*, și *tunica* propriu zisă, *tunica exterior*. Mânecile tunicii erau scurte și se purtau ca atare indiferent de anotimp. Abia în perioada imperială mâneca tunicii devine mai lungă.

Amictus prin excelență este *toga*, îmbrăcăminte națională a romanilor, care făcea diferența între cetățeanul roman și cei care nu erau cetățeni sau erau străini. În funcție de vârsta celui care o îmbrăca, *toga* era de două feluri: *toga praetexta*, purtată de tinerii până la 17 ani, și *toga virilis*, purtată de bărbații maturi. *Toga* era confecționată din lână și avea diferite culori în funcție de rolul îndeplinit în societate de purtătorul ei, astfel că *toga* magistraților era de un alb strălucitor, *toga candida*, iar a celor ce se aflau în doliu era gri sau neagră, a generalilor era *toga picta*, de culoare purpurie cu margini aurii, *toga trabea*, de culoare mov era a preoților, pe când a suveranului era mov cu alb. Aceasta era greu de întreținut, complicat de îmbrăcat și greoi de

purtat, datorită cantității de material, 5 m, și a modului în care era înfășurată pe corp. Culoarea sa imaculată putea fi păstrată doar în urma frecvențelor spălări, care, pe lângă faptul că erau costisitoare, duceau la uzarea materialului.

În timp, datorită acestor neajunsuri, s-a dorit și s-a încercat înlocuirea ei cu *pallium*, care era mai puțin încărcată, mai ușor de îmbrăcat și de purtat. Ajungea până la glezne și putea fi purtată în egală măsură de bărbați și de femei. Un alt veșmânt, *paenula*, era un soi de pelerină cu glugă și se purta în anotimpul rece, pe timp de ploaie sau în călătorii. În perioada imperiului aceasta era purtată de bătrâni inclusiv pe stradă, însă era socotită ținută neîngrijită. Același rol îl avea și *lacerna*. Mai trebuie amintită și *laena*, o manta scurtă, de calitate și colorit diferit în funcție de poziția socială. La banchete era preferat un veșmânt ce reprezenta o combinație între tunică și togă și se numea *synthesis*. În afara acestora, la țară sau la vânătoare se purtau *bracae*, un fel de pantaloni. Tinerii, după ce făceau sport, se înfășurau într-o manta numită *endromis*.

Conștient de influențele exterioare, orientale în special, și dornic de a menține tradiția și de a reinstaura vechile moravuri, Augustus interzice accesul în For fără togă. Însă, în perioada ulterioară acestuia, civilizația orientală își pune tot mai mult amprenta asupra modei romane.

În ceea ce privește îngrijirea hainelor, există persoane specializate în acest sens, cum ar fi spălătorii și boiangiii. Aceștia se îndeletniceau cu pregătirea țesăturilor și a veșmintelor imediat după fabricare sau cu curățarea celor ce se murdăreau în urma purtării. Procesul propriu-zis de curățire presupunea punerea hainelor mai întâi în apă cu leșie, apoi introducerea lor într-o cuvă cu lut care scotea grăsimea din postavuri, apropierea firelor prin bătutul cu maiul, apoi erau iarăși clătite și uniformizat materialul. În cazul veșmintelor din lână albă era folosit procedeul afumării cu sulf. Pentru păstrarea culorii togilor și apretarea acestora era folosită și o cretă foarte fină, iar pentru crearea pliurilor se foloseau de presă.

În îngrijirea corpului bărbatului roman un rol important îl avea tăiatul bărbii și aranjarea părului, ambele făcându-se de către o persoană specializată în acest sens numită *tonsor*. Cei înstăriți aveau un *tonsor* în rândul servitorilor, căruia îi revenea misiunea îngrijirii părului și bărbii stăpânului. Pentru ceilalți, care erau mai puțin privilegiați, ritualul avea loc în *tonsorinae*, amenajate asemenea unor dughene sau plasate chiar în aer liber, mai ales cele frecventate de săraci. Aceste frizerii, asemeni termelor și, de ce nu, latrinelor publice, reprezentau adevărate

puncte de întâlnire pentru membrii societății romane, fiind locuri de dezbateră, de pecetluire a unor înțelegeri, motiv pentru care erau împrejmuite de bănci pe care cei ce doreau serviciile tonsorului așteptau să le vină rândul.

În vremea lui Cicero bărbații tineri purtau bărbi elegant tăiate, iar cei ce au depășit vârsta de 40 de ani se rădeau. Bărbi lungi aveau doar bărbații care purtau doliu, condamnații sau oamenii politici care au pierdut alegerile.

Operațiunea de îngrijire a bărbii și de aranjare a părului era făcută încă de dimineață și repetată în timpul zilei, dacă se considera că mai este nevoie. Cei foarte atenți cu imaginea lor și care aveau o părere foarte bună despre propriul sine, zăboveau vreme îndelungată în fața oglinzii în timpul efectuării acestor îndeletniciri. Cei mai mulți dintre bărbații romani preferau să reia acest proces înaintea cinei, aducând îmbunătățiri propriei imagini. Atunci când mergeau la *tonsor*, bărbații, așezați în fața frizerului pe un scaun fără spetează, aveau veșmintele protejate cu ajutorul unui prosop, *mappa* sau *sudarium*, sau cu ajutorul unui halat, *involucre*.

Atât în privința părului, cât și a bărbii exista tendința de a-l imita pe suveran, astfel că începutul de secol II p.Chr stă sub semnul simplității, preferându-se o simplă tăiere și aranjare a părului, nu foarte reușită totuși, datorită imperfecțiunii foarfecelor care determinau inegalități. În vremea lui Hadrianus se optează pentru părul buclat fie cu ajutorul unui pieptene, fie cu ajutorul unei tije de fier încălzite.

Nu lipseau din toaleta bărbatului roman nici vopselele, nici parfumurile, nici măcar fardurile. Mai mult chiar pe obrajii acestora erau lipite ”*acele mici rotunde de stofă care trebuiau fie să ascundă tarele dizgrațioase ale pielii, fie să mărească strălucirea unui ten prea incolor, numite splentia lunata, alunițe...*”³

Îngrijirea bărbii și a părului a fost ridicată la nivelul de îndatorire civică și a devenit, datorită importanței, un rit, astfel că la tăierea bărbii unui tânăr pentru prima dată se săvârșea o adevărată ceremonie religioasă, *depositio barbae*, în cadrul căreia barba tăiată era oferită ca ofrandă zeilor. Cu această ocazie se organizau petreceri și ospete. Inclusiv sclavii aveau obligația de a merge la *tonsores* pentru a se îngriji.

³ *Ibidem*, p. 202.

Pentru bărbierit romanii nu foloseau niciun fel de soluție aplicată pe față în afara apei proaspete. Unii dintre romani utilizau, în afara bărbieritului propriu-zis, și soluții epilatoare, obișnuință ce a generat versuri pline de expresivitate din partea scriitorilor de satiră. Odată cu Hadrianus această grijă pentru raderea bărbii a dispărut, devenind o modă purtarea bărbii cu bucle, mult mai ușor de întreținut.

În ceea ce le privește pe femei, îngrijirea corpului presupunea la acestea mai degrabă potrivirea ținutei cu bijuteriile și aranjarea părului în funcție de tendințele timpului. Acest lucru făcea parte din *cura corporis* în fiecare dimineață. Lumea femeii romane nu putea fi privată de obiectele de toaletă, *mundus mulieris*, de podoabe, *ornamenta*, de garderobă, *vestis*. Pentru a se curăți femeile romane foloseau chiuvete, oglinzi, iar cele mai privilegiate, care făceau parte din familii înstărite, aveau baie particulară, *lavatio*. *Ornamenta* cuprindea bijuteriile acestora: ace fibule, cercei, inele, piepteni.

Primul supus îngrijirii era părul. Aranjarea acestuia cerea timp și îndemânare din partea coafezelor, *ornatrices*, care erau crunt pedepsite dacă greșeau, mai ales că femeile romane erau iubitoarele unor frizuri sofisticate, ce au evoluat de la simpla adunare a părului într-un coc la spate în vremea Republicii, la ”*cozi ridicate în suluri pe frunte*” sau cozi aranjate ”*în diademe înalte ca niște turnuri*.”⁴Nu lipseau din cadrul acestui ritual nici vopselele, nici perucile importate tocmai din India, nici cozile false. La început, femeile măritate nu aveau voie să iasă pe stradă cu capul gol, motiv pentru care purtau *tutulus*, un soi de bonetă de formă conică, legată cu o panglică pe frunte, în vârful căreia se află un voal. Ulterior, pieptănătura sau panglicile în jurul părului matroanelor înlocuiesc aceste bonete. În mare vogă ajunsese și mitra, o eșarfă lungă și colorată, înfășurată în jurul părului ca un turban.

Tot acestor *ornatrices* le revenea și sarcina de a o epila pe stăpână și de a o machia. Pentru multitudinea de farduri, de creme, de parfumuri și de alte accesorii, femeile romane aveau truse speciale pe care le păstrau cu multă grijă și le luau cu ele când mergeau la terme. Această trusă specială este cunoscută sub numele de *capsa* sau alabastrotecă și conține pentru femeia

⁴ *Ibidem*, p. 211.

romană ”figura ei de peste zi, pe care și-o face când se scoală, pe care o reface după baie și pe care n-o desface, când se înnoptează, decât în momentul când se culcă.”⁵

O altă grijă a acestora, dinții, erau albiți, după mărturisirile lui Ovidiu în *Ars amandi*, cu corn pisat. De-asemena erau curățite și îngrijite unghiile, în egală măsură la bărbați și la femei, de către sclavi specializați în această activitate.

Odată încheiate aceste îndatoriri față de propriul trup, urmează selectarea și punerea bijuteriilor, începând cu diadema de pe cap, continuând cu cerceii, cu colierul, brelocurile sau pandantivul, cu brățările și cu inelele și sfârșind cu brățările purtate la glezne.

Abia apoi matroana se îmbracă cu veșmintele mai sus menționate, completându-și ținuta cu un fular la gât, cu o bentiță peste păr în absența diademei, cu *mappa* care îi servește la ștergerea prafului ori a transpirației, cu un evantai din pene de păun și cu o umbrelă care o proteja vara de soare.

Rafinamentul, cochetăria și gustul pentru frumos, permanenta preocupare pentru propria imagine au dăinuit în toate perioadele istorice ale Romei antice.

Însă adevăratul proces de curățare și asanare a corpului se săvârșea în băile publice romane, în terme, care, deși inspirate de greci, au edificat o realitate specific romană, îmbinând menținerea condiției fizice și a sănătății corpului cu satisfacerea nevoilor minții, dovedită de existența bibliotecilor și muzeelor în incinta băilor. După perioada Republicii romane, când pudoarea ocupa un loc de frunte, nevoia de curățenie și dorința de înfrumusețare devin dominante, favorizând apariția și dezvoltarea acestor băi publice. Astfel, introduse târziu la Roma, abia în secolul II a.Chr., perioadă în care cei bogați aveau deja câte o cameră de baie în casa lor, *lavatrina*, acestea impresionează atât prin latura lor materială, deoarece reprezintă adevărate monumente de proporții uriașe, cât și prin ritualul de îndepărtare a impurităților, de săvârșire a igienei și de întreținere a corpului într-o bună stare, fapte ce sugerează nivelul de civilizație, pe care romanii l-au dorit egal pentru toți cetățenii. Astfel, corpul curat și bine îngrijit a fost ridicat la rangul de ideal al cetățeanului roman, fiind un element fundamental în procesul de civilizare. Băile romane aveau un rol important atât pentru sănătate, cât și pentru viața socială,

⁵ *Ibidem*, p. 213.

oferind, în afara plăcerilor, perspective politice și propagandistice, astfel că ”*cele mai plăcute ore ale vieții private se petreceau în locuri publice.*”⁶

La început băile aveau o funcție secundară și erau reprezentate doar prin niște cabine neîncăpătoare și întunecoase unde își curățau tinerii trupul după ce făcuseră exerciții fizice, dovadă descoperirile arheologilor din Campania și de la Pompei. Același rol l-au avut și la Roma cele dintâi băi. În tot acest timp erau preferate băile reci în locul celor calde, care, se considera, slăbeau trupul.

Binefacerea băilor publice s-a născut și s-a dezvoltat fie bunăvoinței unor cetățeni înstăriți, dornici să împărtășească plăcerile băilor cu semenii lor, amenajând în aceste sens băi publice în zonele în care trăiau, fie datorită afaceriștilor care le-au construit pentru a obține beneficii financiare de pe urma taxei pentru intrare, *balneaticum*, deși aceasta era infimă, diferită totuși în funcție de loc și persoană, în sensul că bărbații plăteau mai mult decât femeile, iar copiii erau scutiți de taxă. Dezvoltarea a fost într-atât de vertiginoasă, încât, dacă după recensământul lui Agrippa din anul 33 a.Chr erau doar 170, în scurt timp numărul acestora a crescut, ajungându-se la aproape o mie. De altfel, Agrippa este cel care face primul pas spre dezvoltarea acestora, favorizând accesul maselor, prin decizia sa de a suporta cheltuielile taxelor pentru intrare pe toată perioada mandatului său de edil. Ulterior, construiește băile publice cărora le dă numele său și care vor funcționa gratuit pentru toți locuitorii Romei pe perioadă nedeterminată. Lista binefăcătorilor care au înălțat terme în virtutea responsabilității lor pentru cetățeni continuă cu Nero, Titus, Traian, Caracalla, Dioclețian și Constantin. Cu timpul aceste edificii au devenit tot mai întinse și mai impunătoare prin arta lor, prin capacitatea lor, prin inovațiile lor, astfel că termele lui Dioclețian se întindeau pe 13 ha, iar a lui Caracalla pe 11 ha, având 64 de camere, putând primi un număr uriaș de clienți. Măreția lor rezidă, în afara dimensiunilor uriașe, în volumul de apă transportat de apeducte în rezervoare, în complexitatea sistemului de încălzire, în gama diversă a activităților ce puteau fi desfășurate în incinta lor.

Pentru funcționarea acestor băi publice, apa, care venea prin apeducte, era stocată în rezervoare și ulterior distribuită în băi prin canale de plumb, iar când nu mai era de folos era

⁶ Philippe Aries și Georges Duby coordonatori, *Istoria vieții private*, volumul 1: *De la Imperiul roman la anul 1000*, traducere Ion Herdan, București, Editura Meridiane, 1994, p. 199.

evacuată la sistemul de canalizare. În ceea ce privește încălzirea acesteia, precum și încălzirea încăperilor, romanii utilizau ceea ce numim noi azi încălzire centrală, sistem bazat pe circulația aerului cald prin pardosele și pereții dubli, căptușiți cu cărămidă sau formați din canale făcute din pământ ars. Căldura necesară era furnizată cu ajutorul unor cuptoare ce funcționau cu lemne și erau așezate la subsol. Pe lângă faptul că implica mari costuri în privința combustibilului, necesita folosirea unui număr mare de sclavi, însărcinați cu întreținerea.

Prin decorul încântător, prin ceea ce ofereau în afara îmbăierii propriu-zise, băile publice au făcut din curățarea trupului o plăcere, un ritual, o modalitate de relaxare oferită în mod egal atât bogaților, cât și săracilor, care dobândeau în acest loc dreptul de a se bucura de frumusețe și de bogăție. Interiorul termelor concentra o adevărată lume, o lume în care fiecare putea găsi ceva ce să-i facă plăcere. Așadar, termele nu serveau doar curățării trupului, ci și menținerii sănătății acestuia, exersării și relaxării sale, precum și umplerii timpului rămas din după-amiază. În afara camerelor pentru baie situate în zona centrală, termele aveau în dotare prăvălii, grădini pentru plimbări, fântâni, stadioane, săli de gimnastică și săli de masaj, saloane de odihnă, biblioteci și muzee. Plăcerea petrecerii timpului la terme provenea și din aprecierea din partea romanilor a ceea ce reprezenta *otium*, simpla odihnă într-un cadru plăcut, mai ales că timpul dedicat muncii se sfârșea relativ devreme, iarna pe la orele trei, vara pe la patru.⁷ Așadar, romanii acordau plăcerilor, distracției și lor înșiși mult mai mult timp decât oamenii timpurilor noastre, iar acest ritual al mersului la terme era săvârșit de toate clasele sociale, fără excepție.

Băile publice romane au fost mereu aflate în grija statului, astfel că în momentele în care acestea erau neglijate, previziunile nu erau tocmai luminoase, dovedind existența unor serioase probleme economice.

Ca și structură referitoare strict la procesul scaldării, băile publice romane cuprindeau: un vestiar, *apodyterium*, *tepidarium*, *frigidarium*, *sudatorium* și *caldarium*. Vestiarul, *apodyterium*, prevăzut cu bănci de-a lungul pereților și cu firide, era locul unde cei ce doreau să se îmbăieze se dezbrăcau și-și lăseau hainele sub stricta supraveghere a sclavilor aduși cu ei, deoarece acesta era locul preferat al hoților. În *tepidarium* temperatura era călăie; *frigidarium* era o încăpere vastă, neacoperită, prevăzută cu piscină; *sudatoria* sau *laconica* era o încăpere cu o temperatură mare

⁷ Eugen Cizek, *Istoria Romei*, București, Editura Paidea, 2010, p. 362.

în care se urmărea producerea transpirației; *caldarium* era prevăzută cu săli unde se putea face baie separat și cuprindea, central, un bazin uriaș unde apa era menținută la o temperatură constantă. Pentru că cel mai mult timp și-l petreceau romanii în *caldarium*, această cameră era prevăzută cu ferestre mari pentru a fi luminoasă, cu ornamente și mozaicuri.

Ritualul complicat și îndelungat al băii, săvârșit zilnic de romani, însuma mai multe faze. Prima fază consta în înlăturarea veșmintelor în vestiar, unde rămâneau sub paza servitorilor personali ai celor care veneau să se îmbăieze, fapt menționat anterior. Următoarea etapă, îndelungată, se săvârșea în *sudatorium*, cameră fără apă, unde avea loc baia uscată determinată de temperatura ridicată și de către aburii care determinau o transpirație abundentă. Urma un timp petrecut în *caldarium*, unde temperatura era la fel de ridicată și cel care se îmbăia lua din *lubrum* apă fierbinte cu care își stropea pielea pe care o curăța apoi cu *strigilium*, un fel de perie mică, de transpirație și praf. Apoi trecea în *tepidarium* și sfârșea cu *frigidarium*, intrând în piscina cu apă rece pentru a-și închide porii, ajutat fiind în tot acest timp de ajutoarele personale sau asistat contra cost de cei însărcinați a le servi clienților. De menționat faptul că în timpul îmbăierii trupurile erau goale, iar înotul era săvârșit în limita spațiului disponibil. Odată încheiată îmbăierea, clientul mergea la *unctorium*, unde îngrijirea trupului continua cu masajul fiecărui mușchi cu uleiuri parfumate ce aduceau trupului relaxarea totală, cu epilarea părului nedorit. Trecerea dintr-o încăpere în alta și îndeplinirea fiecărei etape lua foarte mult timp, însă, datorită prăvăliilor care ofereau și mâncare și băutură, romanii nu duceau lipsă de nimic în acest răstimp.

Mulți clienți ai băilor preferau ca, după ce se dezbrăcau la vestiare, să amâne îmbăierea propriu-zisă în favoarea jocurilor și sporturilor ce puteau fi practicate în spațiile special amenajate ale băilor. Astfel, în sălile de gimnastică și pe terenurile sportive, clienții făceau exerciții fizice care erau socotite necesare de către medici și premergătoare băii, care doar astfel oferea randament maxim, și care aveau un efect util asupra sănătății corpului, reprezentând un aspect semnificativ în asanarea corpului. Jocurile preferate de romani la terme erau jocurile cu mingea, cu cercurile, alergarea, ridicatul halterelor și luptele. Acestea toate desfășau deopotrivă bărbații și femeile, până și pe cei mai serioși și sfioși, care, îmbrăcați într-o tunică, un maiou sau o haină special croită pentru activitățile sportive, prezentau mult entuziasm. În timpul zilelor însorite, clienții preferau să se bucure de căldura soarelui făcând plajă în *solarium*, lucru recomandat cel mai adesea de medici, sau să se plimbe pe alei. Astfel, termele impresionează,

dincolo de dimensiune, de complexitatea sistemelor folosite, de multitudinea serviciilor oferite, prin viața intensă pe care o trăiesc cei din interiorul lor, prin vervă, prin descătușarea energiilor, prin satisfacția obținută.

Până în timpul domniei lui Hadrianus nu era interzisă prezența femeilor împreună cu bărbații la băi. Mai mult chiar, multe dintre acestea, mari iubitoare ale sporturilor ce puteau fi practicate acolo, optau pentru varianta scăldatului împreună cu bărbații, dincolo de orice pudoare, în ciuda faptului că aveau amenajate băi doar pentru ele, *balneae*. Din pricina scandalurilor iscate de această comuniune, dusă de multe ori pe alte fâgașuri, sub conducerea lui Hadrianus băile sunt separate pe sexe, stabilindu-se în fapt un program de acces diferit pentru bărbați și pentru femei, cele din urmă bucurându-se de întâietate, bucurându-se de primele ore ale programului. Tot sub domnia acestuia li se interzice celor bolnavi să facă baie cu cei sănătoși, mai ales că băile erau greu de întreținut și în mod normal, făcând abstracție de prezența celor care îi puteau infesta pe ceilalți.

Termele se găsesc nu doar la Roma, ci și în celelalte orașe și provincii romane, cu diferența că acestea erau finanțate și administrate de câte vreun particular înstărit, pe când cele din Roma erau oferite de către însuși împăratul. În provincii, termele, care urmau modelul oferit de cetate, se ridicau în apropierea târgurilor, dovedind interesul pentru curățenie al locuitorilor zonei.

Romanii erau mari iubitori de apă caldă, exploatând apele termale din apropierea vulcanilor. O astfel de apă fierbinte este cea din localitatea Baiae, o localitate balneară foarte apreciată de romanii care-și îngrijeau sănătatea aici. Mai existau și alte localități balneare precum Agnano și Stabiae. Folosirea apelor termale, mai ales în Campania, Macedonia, Gallia Narboneză, dobândește statutul de modă, astfel că la îndemnul medicilor mulți dintre romani apelează la hidroterapie, care se făcea atât cu apă caldă cât și cu apă rece, la curele cu ape termale, la apele sulfuroase, care se credea că au un efect miraculos asupra sistemului nervos, îndepărtând paralizile și multe boli interne.

În final putem afirma că romanii au reușit, pornind de la puțin și întâmpinând condiții neprielnice, împrumutând, adaptând, dezvoltând și îmbunătățind mereu, să transforme curățenia și asanarea trupului deopotrivă într-un ideal, cât și într-o îndatorire civică. La baza tuturor acestor

realizări stau spiritul civic al romanilor și umanismul, grija pentru om, responsabilitatea statului roman față de cetățenii săi, preocuparea pentru binele comun.

BIBLIOGRAPHY:

1. Aries Philippe și Duby Georges coordonatori, *Istoria vieții private*, volumul 1: De la Imperiul roman la anul 1000, Editura Meridiane, București, 1994.
2. Carcopino Jérôme, *Viața cotidiană în Roma la apogeul Imperiului*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1979.
3. Cizek Eugen, *Istoria Romei*, Editura Paideia, București, 2010.
4. de Coulanges Fustel, *Cetatea antică*, Editura Meridiane, București, 1984.
5. Vol. Coordonat de Giardina Andrea, *Omul roman*, Editura Polirom, Iași, 2001.
6. Grimal Pierre, *Civilizația romană*, Editura Minerva, București, 1973.
7. Grimal Pierre, *Viața în Roma antică*, Editura Corint, București 2000.
8. Lascu Nicolae, *Cum trăiau romanii*, Editura Științifică, București, 1965.
9. Iordănescu Teodor, *Viața privată în Imperiul roman*, Editura Vestala, București, 2003.
10. Montanelli Indro, *Roma, o istorie inedită*, Traducere de George Miciacio, Editura Artemis, București, 2002.
11. Negrescu Dan, *Terminologie latină. Ieri. Azi.*, Editura Universității de Vest, Timișoara, 2015.
12. Robert Jean-Noel, *Roma*, Traducere de Simona Ceaușu, Editura BIC ALL, București, 2002.
13. Salles Catherine, *In extenso. L'antiquité romaine. Des origines a la chute de l'empire*, Larousse-Bordas, Paris, 2000.
14. Smith Virginia, *A personal history of hygiene and purity*, Oxford Press, Oxford, 2007.