

Les thermes romains

Historique

Les thermes romains sont des établissements abritant les bains privés ou publics de la Rome antique. On trouvait déjà des thermes complexes en Grèce au V^e siècle av. J.-C. et cette pratique s'implante rapidement chez les riches Romains. Le nom « thermes » tire d'ailleurs son origine du grec « θερμός » (thermos, chaud). Pourtant, les premiers thermes romains ne sont que des bains froids et privés. Les bassins chauffés par hypocauste arrivent à la fin du II^e siècle av. J.-C. Toutefois, ce principe n'est pas une invention romaine : on a retrouvé des établissements qui en étaient équipés en Grèce ou même au Pakistan pendant la civilisation de la vallée de l'Indus, au II^e millénaire av. J.-C. Au départ, ces bains étaient réservés aux riches particuliers. Ce n'est qu'au I^{er} siècle av. J.-C. que des bourgeois proposent d'ouvrir leurs bains à la plèbe. Les premiers thermes pensés pour accueillir un large public sont construits en 19 av. J.-C. sous l'ordre d'un proche de l'empereur Auguste. Ses suivants adopteront cette pratique et feront construire à Rome des thermes de plus en plus grands et fastueux. La plupart sont abandonnés à la fin de l'Empire, mais la pratique thermique redevient populaire en Europe au XIX^e siècle, avec des établissements de plus en plus luxueux.



Peinture des thermes de Dioclétien (Rome), E. Paulin



Les thermes aujourd'hui

Localisation

Grâce au fait que les thermes publics deviennent de plus en plus populaires dès le I^{er} siècle ap. J.-C., on en trouve dans presque toutes les grandes villes conquises ou construites par l'Empire Romain. Au IV^e siècle ap. J.-C., on recense un total de 856 bains uniquement pour la ville de Rome ainsi qu'une dizaine de thermes construits par les empereurs.



Localisation des sites archéologiques romains, la plupart comportent des thermes.



Les thermes d'Aventicum, près de Fribourg

Rien qu'en France, il existe plus de 30 ruines thermales encore visibles de nos jours. En Suisse, on en dénombre six.

Les thermes dans la vie romaine

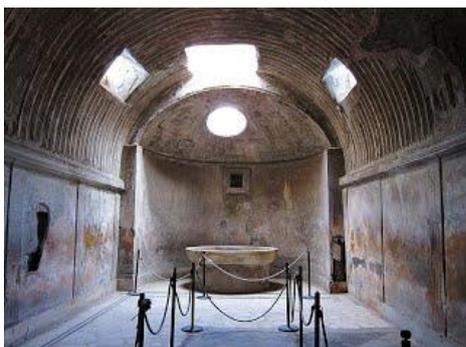
Pour le Romain, les thermes sont un symbole de luxe. On y va premièrement pour soigner son hygiène, pour se faire masser, mais aussi pour faire du sport, jouer ou discuter entre amis. Toutefois, la propreté des établissements peut être remise en cause. L'eau est peu renouvelée et sa qualité est bien inférieure à celle que l'on trouve dans les piscines modernes. Les médecins conseillent aux malades des cures thermales, il y a donc un grand risque de contagion, d'autant qu'on utilise des outils pour se gratter la peau, les strigiles. On peut y retrouver toutes les classes sociales. La plupart des thermes appliquent des horaires séparés selon le sexe, même si certains séparent le bâtiment en deux parties distinctes, une pour les hommes et une pour les femmes.



Un strigile

Structure

L'intérieur des thermes se composait de vestiaires (apodyterium), de salles de sport (palaestra), de hammams (sudatorium), de salles de soins (unctorium), de petits bains chauds dans des baignoires (caldarium), de salles chaudes, de salles froides, de bains tièdes (tepidarium), de bains froids (frigidarium) et d'une piscine découverte où l'on peut nager (natio). La plupart du temps, les thermes étaient richement décorés et avaient des jardins, des bars, des salles de conférence, des boutiques, un musée et une bibliothèque.



Itinéraire du baigneur

Après leur matinée de travail, les Romains vont couramment aux thermes pour se détendre et suivent un parcours d'échauffement progressif puis de refroidissement. Les premiers itinéraires sont rétrogrades, c'est-à-dire que le baigneur passe par les mêmes pièces à l'aller

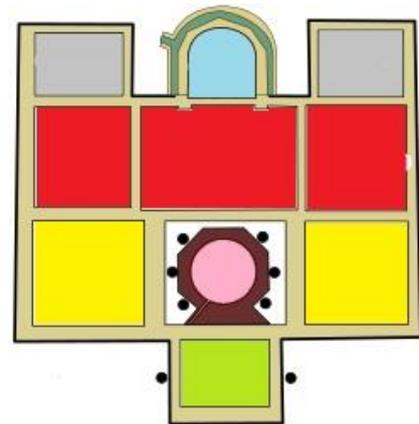
et au retour. Il a ensuite évolué afin de ne pas faire repasser le baigneur par les mêmes salles et de limiter les croisements entre baigneurs. L'itinéraire est devenu circulaire pour les grands thermes et semi-circulaire pour les installations plus petites.

Tout d'abord, le baigneur dépose ses vêtements dans les vestiaires puis s'échauffe en faisant du sport pour transpirer (jeux de balles, course à pied ou haltérophilie).

Celui qui ne souhaite pas réaliser un effort physique se rend dans la salle tiède, puis dans la salle plus chauffée (étuve sèche) ou dans la salle humide (étuve humide) afin de transpirer. Il passe ensuite aux bains chauds, se racle la peau à l'aide d'un ustensile

appelé le strigile, sorte de racloir en fer recourbé.

Le bain de propreté est alors terminé. Après s'être reposé dans le caldarium, le baigneur passe aux bains tièdes, aux bains froids, pour enfin aller se faire masser, épiler ou encore parfumer. Généralement, les Romains s'enduisent le corps d'huile (les Romains n'utilisent pas le savon, cependant connu des Gaulois). Les Romains se rendaient aux thermes entre amis, les sénateurs s'y rendaient pour assurer une audience lors d'une campagne électorale et comme l'entrée est gratuite, toutes les classes de la société se retrouvent aux thermes.



Plan des thermes d'Alauna

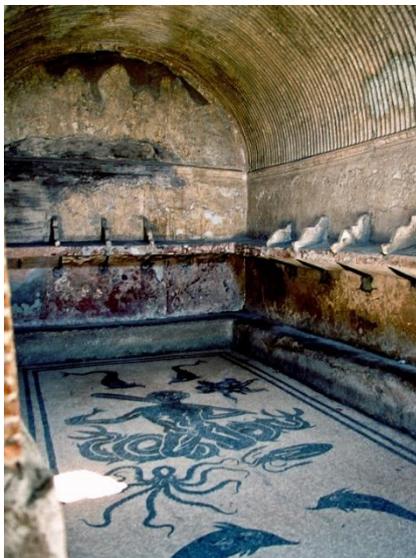
Ipidarium

Caldarium

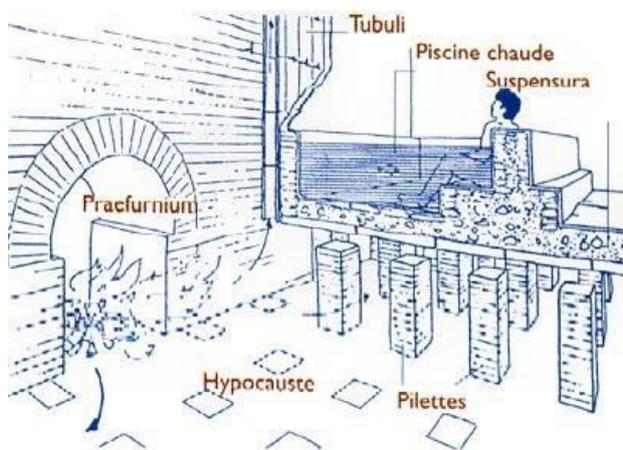
Sudatorium

Apodyterium

Natatio



Hypocauste



L'hypocauste est un système de chauffage au sol utilisé à l'époque gallo-romaine et principalement dans les thermes romains. Mais les Romains ne furent pas les premiers inventeurs de ce système, car la civilisation de la vallée de l'Indus avait déjà construit un prototype, qui sera plus tard perfectionné par les Romains. Puis les Grecs ont aussi développé leur propre système au IV^e siècle. Ancêtre du chauffage au sol, l'hypocauste était disposé de la façon suivante :

d'énormes feux, appelés *praeurnium*, étaient alimentés par les esclaves, à longueur de journée, même par des températures de 35°C. L'étage au-dessus était recouvert d'un bassin

chauffé par l'hypocauste. La fumée remontait par les *tubuli*, un ensemble de briques creuses qui permettait de faire évacuer la fumée et de faire circuler la chaleur.

La *suspensura* était une couche de mortier de tuileau. Ce sol épais mettait beaucoup de temps à chauffer parce qu'il conservait bien la chaleur. Toutefois, les baigneurs devaient enfiler des sandales à cause de cette grande chaleur qui y régnait. La *suspensura* reposait sur des *pilettes*. Les *pilettes* étaient formées de briques. La hauteur de *pilettes* pouvait varier selon la température souhaitée. Pour que l'air puisse mieux circuler, les murs étaient doublés intérieurement par un réseau de tubulures (latin : *tubulus,i*).

