

盛夏时节,动辄接近40℃的高温导致不少人即使有着空调加持、冷饮续命,每天也得洗澡去汗。许多人脑海中应该都曾闪过一个念头——古时身着宽袍大袖、里三层外三层的人们,每逢炎夏会不会捂出一股馊味?

用现代人的眼光来看,在没有热水器、花洒和沐浴液的古代,古人打水靠盆舀、发热靠烧柴,想要洗个澡要么跳进河里,要么同古装剧中一般在浴桶中撒上花瓣。其实,古时虽然科技不像如今这般发达,但这并不意味着那个时代的人们不讲卫生,洗澡的方式也没有那么夸张。今日的《史话》就来了解一下古时洗澡的那些事儿。



宋代团扇上的浴婴图,美国弗利尔美术馆藏品/图

从皇家、寺庙 走向民间的大澡堂

汉代之后,皇家浴室规模不断扩大,设备越来越豪华,不再仅限一人专属,沐浴的神圣感逐渐褪去,逐渐以带给人舒适和愉悦为首要目标。东晋十六国后赵皇帝石虎在宫中修建了豪华的四时浴室,在冬天,为了让池水快速升温,将数十枚铜龙用火烧红,扔进池里,水很快就变烫了。夏天将渠水引入池中,把各种香料装入纱囊,浸在水中去除异味,让洗澡水香味扑鼻,被称为“温香池”。

真正意义上的“公共澡堂”,其实和佛教的关系更为密切。释迦牟尼降生时有“九龙吐水”为之沐浴,在修行时也曾因沐浴而大彻大悟。佛教传入中国后,寺院一般会修建专属浴室,为僧人沐浴提供方便。不过,寺庙能够提供的对外服务毕竟有限,泛泛之辈一般享受不到在里面洗浴的待遇。

考古工作者在天山北麓的新疆昌吉回族自治州奇台县境内,发现一座始建于高昌回鹘(约公元10世纪)的公共浴场遗址。此处浴场遗址总面积约400平方米,按功能可分为门厅区、工作区和洗浴区等3个区域。

真正以营利为目的的公共澡堂,出现时间不早于北宋,是在商品经济繁荣发展的基础上,为了满足城市居民的需求而兴起的。对人口稠密、流动性较大的城市来说,这一公共服务可以充分减轻市民在家中洗浴打水、烧水的诸多不便,奔波在外的商贾群体对洗浴的需求更为迫切。



在新疆天山北麓发现的古代公共浴场遗址

“沐浴洗澡”讲究颇多

如今的洗澡、沐浴泛指同一个概念,即把身体从头到脚清洗干净。而在上古时期,“沐”“浴”“洗”“澡”四个字有着不同的含义。“沐”是洗头发,“浴”是冲洗全身;“洗”专指“洗脚”,而“澡”则指“洗手”。所以,如果你好几天没洗头发了,可以和朋友说:“等我沐后再出门。”

西周时期,洗澡是一种神圣仪式,举行大型祭祀活动前必须要斋戒沐浴,逢年过节、婚礼礼仪也要沐浴,大臣朝见天子前也要沐浴更衣。《礼记·王制》记载:“方伯为朝天子,皆有汤沐之邑于天子之县内。”诸侯要在专供沐浴的封邑洗头、洗澡,然后才能朝见天子,以示尊重。一生克己复礼的孔子更是身体力行,这才有了广为人知的“孔子沐浴而朝”。

重大时刻之前必须洗,日常该多久洗一次澡,古代也有明确规定。《仪礼·聘礼》记载:“管人为客,三日具沐,五日具浴。”意思是,在接待客人时,要让客人三天洗一次头发,五天洗一次澡,这样才是待客最高标准。

到了西汉,官员更有专门的“洗澡假”。唐代《初学记》记载:“休假亦曰休沐。汉律:吏五日得一下沐,言休息以洗沐也。”官员每工作五天会得到一天的洗澡假期,这就是古代官吏的“休沐制度”,体现了古人对于文明修养和卫生的重视。

除了洗澡频率,还关于沐浴习俗的规定。《礼记·内则》载:“男女夙兴,沐浴衣服,具视朔食。”夫妻过日子,男女都要早起,沐浴更衣。作为夫妇之礼则有“不敢共湫浴”,妻子不能和丈夫共用一个浴室,正所谓“外内不共井,不共湫浴”。

古人用什么洗澡?

在众多古装剧中,我们常看到的洗澡工具是木桶。其实,除了木桶,古人还有其他丰富的洗澡器具。

自汉代以后,木质澡盆开始出现。木质澡盆造价远比青铜器具低,沐浴也由此开始普及,普通百姓也能在家中享受沐浴的乐趣。当然,皇宫里的沐浴体验也在升级,他们会在有温泉的地方建造宫室,享受温泉沐浴。秦始皇统一中国后,就在临潼骊山的温泉处砌石成池,建“骊山汤”供自己享用。后来更有著名的华清池,见证着杨贵妃奢靡受宠的后宫生活。

古人虽无洗发水、沐浴露,但不代表他们不会借助其他物品来把身体清洗干净。原始社会的人们发现,如果身上粘有泥巴,清洗起来会更加洁净。这是因为碱性泥土会和油脂发生皂化反应,也就起到了除污垢的作用。就这样,泥土成了人类最早的清洁剂。

后来,人们的洗澡用品还有碱、草木灰、淘米水、皂角、“澡豆”(一种以豆粉为主,配合各种药物制成的沐浴用品)等等,直到明清时期,终于出现了真正的香皂,成为大户人家必不可少的洗漱用品,李时珍在《本草纲目》中记录了香皂具体的制作方法。除了这些清洁用品,古人在泡澡时,还会在水中放置各种各样的香料来除去身上的异味。

古代的澡堂 还能“点外卖”

宋人称澡堂为“浴堂”“混堂”,又叫“香水分行”。浴堂通常在门前挂壶,作为专属招牌。东京汴梁有专门的“浴堂巷”,整条街巷基本都是浴堂,可见规模之大。

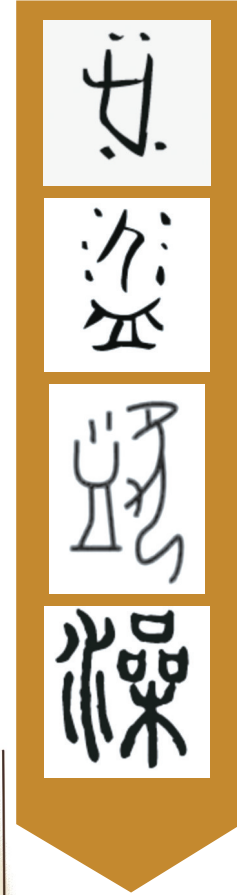
宋代浴堂天亮即开始营业,有的还提供卖洗脸水、饮茶的服务。起早泡“头汤”的习惯一直沿袭到近代,正是“金鸡未叫汤先热,玉板轻敲客早来”。宋人洗澡的费用并不算高,据宋时日本僧人在中国的日记可知,人均花费十文钱,即可洗浴一次。甚至能让浴室的仆役帮着叫一份附近的“外卖”,在洗完澡后舒舒服服地吃一顿。宋代之后的收费浴室,基本沿袭了这类服务的形式。

到了明代,大众澡堂仍以“混堂”为名,规模也更壮观了,如苏州的“混堂”用大石砌成浴池,后面有和它连通的大型锅炉,并有专门引入冷水的辘轳,有人专门负责烧水和调试水温。清代的扬州浴池按照水温分类,离烧水锅最近的是大池,温度最高,一般人不敢轻易尝试;温度稍微不那么高的是中池;温度最低的叫“娃娃池”。

(综合国家人文历史、央视新闻、新华)

洗澡是什么体验 在古代中国公共澡堂

古人沐浴洗澡讲究颇多,在公共澡堂里还能搓背、吃外卖……



建隆漫画