

Corpo e igiene nell'Occidente medievale

Il concetto di igiene si è evoluto in funzione dell'idea che le persone potevano avere del proprio corpo. La pratica della pulizia personale è cambiata con le trasformazioni che si sono avute in ambito religioso, nei rapporti sociali, nelle ideologie e nelle conoscenze mediche che nei vari periodi storici hanno segnato lo sviluppo della civilizzazione.

Nico Zardo

Nella Grecia classica il bagno fu considerato un completamento dell'attività atletica: doveva essere preso con acqua fredda e rapidamente, per dare energia più che ristoro. I Romani dei tempi arcaici solevano lavarsi tutte le mattine le braccia e le gambe e, ogni nove giorni, in occasione del giorno di mercato, il resto del corpo. Per influenze orientali, presso i Greci, ma ancor più presso i Romani, il bagno acquisì principalmente fini di rilassamento, di conforto e di benessere fisico: fu introdotto il bagno a vapore e il bagno di sudore da cui si potevano trarre quelle sensazioni di benessere e piacere che spiegano la loro straordinaria fortuna.

CON IL MEDIOEVO LE ABITUDINI IGIENICHE CAMBIANO SOSTANZIALMENTE. La caduta dell'Impero romano e la decadenza delle opere preposte al rifornimento idrico della città mettono in crisi l'utilizzo degli impianti termali. Le campagne tendono a spopolarsi e nelle città si instaurano abitudini che si scontrano con le più elementari norme igieniche, come l'allevamento di animali domestici, polli, oche e maiali. Nelle acque dei fiumi si lavano abiti e biancheria, si scaricano frequentemente immondizie, cadaveri di animali, liquami provenienti dalle concerie di pelli e dalle tintorie. Le mura fortificate che cingono le città medioevali ne limitano lo sviluppo e costringono gli abitanti in spazi via via più ristretti; le strade, strette e tortuose - prive di pavimentazione fino al XII-XIV secolo - sono spesso invase da fango e rifiuti.

A determinare un profondo mutamento nelle abitudini igieniche intervengono due fatti di portata storica: le invasioni barbariche del V secolo che sconvolgono le strutture economiche, ideologiche e sociali su cui poggiava l'Impero Romano¹ e il progressivo affermarsi del Cristianesimo che condanna il modo di concepire quei piaceri del corpo che nell'Antichità greco-latina erano considerati valori positivi².

La crisi ideologica, che compromette profondamente la civiltà greco-latina, viene favorita da filosofi della tarda classicità e da religioni, principalmente di origine orientale, che invitano a un atteggiamento di sopportazione passiva della avversità terrene e a un distacco dalla vita reale. Tutto ciò contribuisce a diffondere, da un lato, l'idea che il corpo è nemico dello spirito e, dall'altro, a instaurare un certo scetticismo circa l'utilità dello studio della natura e del sapere scientifico. Perfino la medicina perde di credibilità e si instaura la convinzione che si possono vincere le malattie rivolgendosi, con la preghiera, alla divinità piuttosto che ai medici e ai farmaci.

Mentre più tardi sarà proprio il Cristianesimo, soprattutto tramite il monachesimo, a concorrere validamente nell'opera di salvataggio e di trasmissione dei resti della cultura classica, tutto ciò che riguarda la cura igienica ed estetica del corpo continuerà, invece, per secoli ad essere oggetto di riprovazione e di condanna.

PER QUANTO RIGUARDA I MONACI, l'atteggiamento verso la pulizia del corpo variò a seconda dell'epoca e della prosperità degli ordini di appartenenza. In linea di massima le loro pratiche igieniche prevedevano quotidianamente di lavarsi in comune alla fontana posta in un apposito locale. Il sabato, per prepararsi a santificare in modo degno la domenica, essi potevano procedere alla pulizia completa del corpo, sempre con acqua fredda. In questo stesso giorno si cambiavano i vestiti con i quali si coricavano tutte le sere della settimana. La pulizia del corpo, in definitiva, acquista il significato di abluzione purificatrice, piuttosto che di misura igienica: lo stesso si può dire per la lavanda dei piedi, considerata esercizio di umiltà.

"Le case dei laici benestanti - scrive Attilio Zanca - erano fornite di tinozze di legno per il bagno, il cui uso era indispensabile a causa dell'abitudine di cambiare di rado la biancheria personale, che si toglieva solo alla notte per entrare nudi nel letto. Le vasche, di solito rotonde, talora avevano forma allungata per poter prendere il bagno con

altre persone della famiglia o gli eventuali ospiti. (...) Nelle regioni settentrionali, al centro delle case borghesi esisteva una camera che veniva riscaldata durante i mesi freddi - la stufa - che serviva anche da stanza per il bagno³.

A PARTIRE DAL XII-XIII SECOLO SI ASSISTE A MUTAMENTI SOSTANZIALI: i bagni caldi e freddi cominciano a diventare più o meno abituali in tutte le classi sociali. Il corpo torna a essere considerato dalla classe feudale, dedita alla caccia, ai tornei e alle battaglie⁴, come strumento della forza fisica; ma mentre prima la nudità era considerata impudica, peccatrice ed empia, in quest'epoca si recupera il rispetto e l'attenzione alla corporeità dell'uomo. Sia la pulizia della pelle, sia, soprattutto, la sua ornamentazione tramite i cosmetici sono posti tradizionalmente in relazione stretta con la donna che, col fiorire dei costumi cavallereschi, trionfa come madre di eroi, dispensatrice di grazie.

Il miglioramento delle conoscenze nel campo dei farmaci e dei cosmetici fu dovuto alle trattazioni di scienza medica e farmacologica araba introdotte in Europa, dopo la conquista della città di Toledo, nel 1085, da parte di Alfonso VI di Castiglia, divenne sede di un movimento culturale di dimensioni europee, grazie alle traduzioni latine (Ippocrate, Aristotele, Galeno) e delle opere arabe.

Alla espansione della cultura araba si deve anche la conoscenza del sapone che, dopo la sua comparsa in Europa già nel secolo VII, a partire dal XII secolo si diffonde e si perfeziona con la sostituzione del grasso animale, che emanava odore sgradevole, con l'olio d'oliva.

IN QUEST'EPOCA CI SI LAVA CON MAGGIORE REGOLARITÀ, non soltanto per motivi sociali ma anche per riguardo verso gli altri, specie se di rango superiore. Il bagno ridiventa, infatti, occasione di relazione sociale e di piacere⁵. Carlo Magno (742-814) già molti anni prima, aveva ripreso le tradizioni della Roma Imperiale, utilizzando le piscine con acqua calda termale dello stabilimento di Aquisgrana, invitando spesso persone della sua corte e anche le sue guardie a prendere il bagno con lui.

Con l'inizio del XII secolo, l'uso dei bagni di vapore, in auge presso i Romani, fu riscoperto dai Crociati che, durante il soggiorno in Palestina l'appresero dagli Arabi e l'importarono in Europa.

Le migliori condizioni economiche, le diverse condizioni sociali e politiche favoriscono la valorizzazione degli stabilimenti termali: in Germania, in Spagna, in Francia - a Parigi nel 1292 se ne contano ventisei⁶ -, in Italia, ma si può dire in tutte le città o grosse borgate europee, si vanno moltiplicando impianti analoghi alle terme della Roma pagana, anche se, con più modeste strutture. Questi stabilimenti balneari - detti anche "stufe" per la presenza di impianti di produzione di acqua calda - ebbero grande importanza nella vita dell'epoca: furono frequentati assiduamente, non soltanto per necessità igieniche, ma anche a scopo voluttuario. Infatti anche se, almeno per un certo tempo, gli stabilimenti balneari furono frequentati in giorni diversi dagli uomini e dalle donne o se ci fossero alcuni stabilimenti per uomini separati da quelli per donne, bagni pubblici e bordello finirono per essere praticamente dei sinonimi soprattutto dal XIII secolo in avanti⁷.

NEL CORBACCIO, SCRITTO DA GIOVANNI BOCCACCIO NEL 1365, SI LEGGE che uno si meraviglierebbe se sapesse "quante e quali solennità" da parte della donna "si servavano nell'andare alle stufe e come spesso".

Della città tedesca di Erfurt nel XIII secolo si diceva: "i bagni di quella città saranno per voi molto piacevoli. Se avete bisogno di lavarvi e amate le comodità, potete entrarvi con fiducia. Sarete ricevuto gentilmente. Una graziosa ragazza vi massaggerà onestamente con la sua dolce mano. Un barbiere esperto vi raderà senza lasciar cadere la minima goccia di sudore sul viso. Stanco del bagno, troverete letto per riposarvi. Poi una donna graziosa, che non vi dispiacerà, con aria verginale vi accomoderà i capelli con abile pettine. Chi non le carpirebbe dei baci, se lui ha voglia e lei non rifiuta? Vi si chiede pure un compenso, un semplice denaro basterà..."⁸. Non era un caso isolato. I bagni si trasformavano allora in locali per feste e banchetti, allietati da suonatori e da donne facili, caratterizzati da "una singolare licenza di fronte alle comuni leggi di moralità", dove "ci si mostrava nudi e con tutta libertà si faceva all'amore"⁹. La Chiesa, non tardò a prendere posizione contro questi luoghi di stravizio e di peccato, ma solo nel XV secolo, si giunse all'obbligo di dividere i bagni per uomini da quelli per donne.

L'autorità sapeva bene che il bagno pubblico poteva essere luogo di risse e di reati contro le persone e le loro cose, ma spesso il suo intervento era frenato da personaggi altolocati che partecipavano alle orge.

Sembra, tutto sommato, che gli uomini medievali, da un certo momento in poi, si preoccupino della pulizia del proprio corpo più dei loro discendenti, in particolare del XVI e del XVII secolo: la decadenza, in questi secoli, dell'igiene personale deriva da cause varie, fra le quali si deve annoverare anche la chiusura dei bagni pubblici, determinata, oltre che dall'atteggiamento ostile della Chiesa, dalla paura di contrarre, in quei luoghi pubblici, la peste, la sifilide o altre malattie.

LE REGOLE MEDIEVALI DI BUONA SALUTE, mentre non riguardano la pulizia della casa e delle strade, sono princi-

palmente alimentari, con esortazioni continue alla moderazione. Grande influenza ebbe, durante i secoli XI e XII, il *Regimen Sanitatis Salernitanum*, raccolta di precetti in versi per conservare la salute e vivere più a lungo, divenuta popolare e proverbiale.

Verso la fine del XIV secolo fu composto il primo dei manuali divulgativi di medicina e di regole di buona salute, noti come *Tacuina sanitatis*, il cui testo è attribuito al medico arabo Ibn Botlan.

E mentre permane lo stato disastroso dell'igiene pubblica, quella privata, verso la fine del Medioevo, risente positivamente di un complesso di regole dettate sia dal vivere civile sia dalla medicina umoralista che si rifaceva agli insegnamenti di Ippocrate e Galeno. Ad esempio, Bartolomeo Sacchi, detto il Platina (1421-1481), nel suo libro *De honesta voluptate et valetudine*, in cui si occupa soprattutto di regole alimentari, dà alcuni consigli su "Che cosa si debba fare appena alzati". Innanzitutto "è opportuno lasciar trascorrere un certo intervallo e poi pettinare per bene i capelli e cacciar fuori il catarro che si è accumulato durante la notte. È anche bene lavarsi i piedi e la testa prima di mettersi a mangiare e tergere con cura le deiezioni del corpo che escono dalle parti posteriori. È buona regola sciacquare la bocca con molta acqua, soprattutto d'estate [...]".

Una delle motivazioni che frenò l'uso del bagno era costituita dalla diffusa convinzione che i bagni d'acqua e di vapore fossero pericolosi perché capaci di dilatare i pori della pelle, esponendo in tal modo l'organismo al passaggio transcutaneo dell'aria infetta che era ritenuta la causa delle più gravi pestilenze, e altre malattie, compresa la sifilide. Ciò spiega la moda della pulizia a secco della pelle e l'uso abbondante di essenze profumate in vigore nel Cinquecento e nel Seicento.

NEL MEDIOEVO, SOVRANI, NOBILI E CONTADINI, MANGIANO PRENDENDO IL CIBO DAL PIATTO COMUNE CON LE MANI, anche se nel ceto più elevato si usano modi più raffinati, come quello di non servirsi di entrambe le mani, ma soltanto di tre dita. Mentre nella società bizantina, almeno nel secolo XI, le forchette erano già conosciute, il loro uso fu introdotto nel mondo occidentale dapprima in Italia, a Venezia verso la fine del Quattrocento, successivamente in Francia e poi in Inghilterra e in Germania.

Nelle raccolte medievali di regole di comportamento a tavola, regole dirette, ovviamente, solo ai nobili e alla gente di corte, si raccomanda, fra l'altro, di non soffiarsi il naso nella tovaglia, di non grattarsi o, se proprio indispensabile, di non farlo a mano nuda, ma servendosi della veste, di non mettersi le dita nelle orecchie, nel naso o negli occhi, di non pulirsi le mani, in mancanza di un tovagliolo, con la veste o leccandole, ma di lasciarle asciugare...¹⁰

Ciò fa presumere, ovviamente, che lo standard di comportamento, soprattutto nei ceti meno elevati, fosse piuttosto basso e che l'affinamento delle maniere non fosse ancora un'esigenza sentita da tutti.

Al finire del Medioevo, malgrado qualche debole segnale di attenzione alla pulizia personale, le difficoltà ambientali, i condizionamenti morali e lo spauracchio di malattie allontanarono –ancora per qualche secolo– il miglioramento delle condizioni igieniche, così come noi possiamo intenderle. Il lavaggio con acqua e sapone, nei migliori dei casi viene riservato alla sola biancheria mentre per corpo si ricorre a pulizia a secco e ai profumi. •

Regimen Sanitatis Salernitanum

Quest'opera collettiva della scuola medica salernitana che ebbe diffusione durante i secoli XI e XII, influenzò notevolmente la vita dei popoli europei, per parecchi secoli. Nella prescrizione II, intitolata "De confortatione cerebri" (per il benessere del cervello), si consiglia di lavare le mani e gli occhi al mattino con acqua fresca e pura, di pettinarsi e "purgare" i denti. Tutto ciò, insieme ad altre raccomandazioni, come passeggiare ed evitare di esporsi al freddo, è diretto soprattutto a confortare il cervello; ci si deve, ovviamente, difendere dal freddo anche quando si esce dal bagno caldo. La prescrizione XXIII, "De lotione manuum" (lavare le mani), raccomanda di lavarsi le mani dopo aver mangiato, conseguendo il doppio beneficio di mondarle e, pulendosi gli occhi con esse, rendere la vista più acuta.

Le Locande di Erasmo

Erasmo da Rotterdam (1466-1536) in uno dei suoi "Colloquia familiaria", dal titolo "Locande", comparso a Basilea nel 1523, sottolinea la differenza tra il comportamento delle persone nelle locande tedesche e in quelle francesi, molto più "civile" in queste ultime. Nella camera da pranzo di una locanda tedesca molti uomini e donne d'ogni età siedono accanto gli uni agli altri, sia popolani, sia ricchi e nobili e tutti soddisfano le proprie necessità alla presenza degli altri, come togliersi gli stivali e mettersi in ciabatte, cambiarsi la camicia, stendere vicino alla stufa i vestiti fradici di pioggia, ravviarsi i capelli, asciugarsi il sudore, pulire le calzature. Il locale è surriscaldato, tutti sudano, gridano, si spingono, gli odori sono disgustosi, per i rutti che sanno d'aglio, le ventosità del ventre e il fetore degli aliti. Per chi voglia lavarsi le mani è pronta dell'acqua, "ma di solito è così pulita che dopo averla usata devi chiederne dell'altra per nettarti dalla prima abluzione".

La promiscuità è notevole e i pericoli grandi. “La maggior parte ha sicuramente il mal spagnolo o, come altri dice, il morbo gallico, dato che è comune a più nazioni” e “costoro rappresentano un pericolo non inferiore a quello dei lebbrosi”. Dopo la descrizione dei cibi, delle bevande e del servizio (tovaglie “che sembrano vele di canapa staccate dall’albero di qualche nave”), si accenna alle camere da letto, in cui esiste “un letto e null’altro che possa servirvi”. E la pulizia? “La stessa che a tavola. I lenzuoli, per esempio, vanno al bucato una volta ogni sei mesi”. (Erasmus da Rotterdam, “I colloqui”, traduz. di G.P. Brega, Garzanti, 2000, pp. 87-93).

Questo articolo è debitore, per struttura e riferimenti, al saggio di Attilio Zanca “La pulizia del Corpo nel Medioevo”, Edizioni Schering-Plough, 1992.

1. Jacques Le Goff, “la civiltà dell’Occidente medievale” (traduz. A. Menitoni), Einaudi, 1981, p. 17.
2. J. Le Goff, “L’immaginario medievale” (traduz. A. Salmon Vivanti), Laterza, 1998, p. 123.
3. A. Zanca, “La pulizia del corpo nel Medioevo”, Schering-Plough, 1992, p. 26.
4. J. Le Goff, “a medievale” op.cit., p. 378.
5. N. Elias, “La civiltà delle buone maniere” (traduz. di G. Panzeri), Il Mulino, 1998, nota 6, p. 384.
6. - 8. J. Le Goff, “La civiltà dell’Occidente medievale” op. cit., p. 379.
7. Cabanés, “Moeurs intimes du passé- La vie aux bains”, (deuxième série), A. Michel, Paris., p. 183.
9. E. Battisti, “L’Antirinascimento”, I, Garzanti, p. 339.
10. N. Elias, “La civiltà delle buone maniere” op. cit., p. 288 sgg.