

Piotr Socha * Monika Utnik-Strugała

Het MOOISTE BOEK van grote VIEZIGHEID

een onfrisse geschiedenis



Vertaald door Greet Pauwelijn

Lannoo



Inhoud

- 13** Vuil in onze taal
- 19** Lichaamsverzorging in het oude Egypte
- 23** Zeep en zalfjes
- 29** Waar ga jij baden, Marcus?
- 39** Aquaducten en riolen in Rome
- 43** Turkse baden
- 49** De stank van vroomheid
- 55** Schaamte aan zee
- 59** Reinheid
- 109** Kamerpotten en sauskommen
- 117** Dienaren voor intieme zaken
- 121** Poolse dreadlocks
- 127** Zweet je schoon
- 133** Poetsen of trekken?
- 141** Billen vege
- 147** Geneeskrachtige baden
- 153** Netheidfreaks
- 157** Uitvindingen voor de badkamer
- 160** Europese barbaren



- 67** Fris geknipt en geschoren
- 73** Pestmeesters
- 79** Vies Versailles
- 87** Witte hemden en muizen in pruiken
- 93** Giftige poeders
- 99** Stank in de stad
- 163** In het ziekenhuis
- 169** Als wassen niet kan of hoeft
- 175** Stereotypen en vooroordelen
- 181** Raketten en toiletten
- 189** In de ruimte
- 193** Bacteriën en immuniteit





Ik draag dit boek graag op aan de ontwerpers en bouwers van het water- en rioolnetwerk. Hun werk maakt ons leven veel aangenamer, hoewel we daar nauwelijks bij stilstaan.

Ik kan me gemakkelijk een wereld voorstellen zonder beroemde bevelhebbers en zwaar bewapende legers. Ik vind het veel moeilijker om me een wereld in te beelden zonder goed functionerende toiletten, riolering en leidingwater. Terwijl een wereld zonder oorlog ongetwijfeld beter zou zijn, zou een zonder deze gemakken, waar we zo gewend aan zijn geraakt dat we ze als vanzelfsprekend beschouwen, gegarandeerd een moeilijkere plek zijn om te leven.

Piotr Socha





Voor miljarden mensen op aarde is het zovanzelfsprekend dat we onze handen wassen, tanden poetsen, douches en baden nemen, deodorant gebruiken en naar het toilet gaan, dat we er niet meer bij stilstaan. Nochtans was dit niet altijd en overal zo.

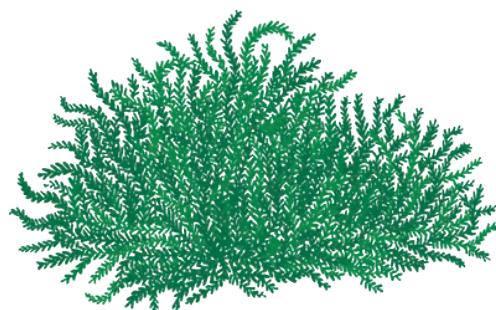
De oude Grieken en Romeinen brachten weliswaar urenlang door in hun badhuizen, maar toen in de 14de eeuw de pest toesloeg in het christelijke Europa, vestigde zich het geloof dat baden de immuniteit verzwakt. Deze visie hield eeuwenlang stand. De moslims daarentegen gingen in de middeleeuwen met plezier naar de hamam. De Japanners stonden dan weer versteld van het onverzorgde uiterlijk van de Portugese reizigers die in de 16de eeuw op hun eilanden arriveerden.

In de 19de eeuw bewees Louis Pasteur dat vuil gevaarlijke bacteriën bevat. De Europeanen zagen toen in dat water (uiteraard schoon water) geen ziektes verspreidt. Integendeel, het kan ons helpen in de bestrijding ervan. Maar daar kwam slechts heel langzaam verandering in. Toen

het vak hygiëne in 1882 werd geïntroduceerd in de Franse scholen, raadde men aan te wassen wat zichtbaar was, dus alleen het gezicht en de handen.

De middeleeuwse filosoof en theoloog Bernardus van Clairvaux zei: 'Daar waar iedereen stinkt, ruik je niemand.' De manier waarop we hygiëne benaderen is dus voornamelijk cultureel bepaald. We kunnen ons nu moeilijk inbeelden dat we ons niet met water en zeep zouden wassen. In moslimlanden beschouwt men een gewassen linkerhand als te vuil om ermee te eten, terwijl voor een Franse aristocraat uit de 17de eeuw schoon zijn betekende van hemd veranderen, zijn gezicht poederen en zich met parfum besprenkelen.

Kort nadat we in 2019 met dit boek waren gestart, brak de COVID-19-pandemie uit. Toen werden we overspoeld met het nadrukkelijke advies om onze handen te wassen. Ontsmettingsmiddelen, zeep en toiletpapier begonnen uit de winkels te verdwijnen. Het werd voor iedereen duidelijk dat vuil en hygiëne niet alleen een uiterst boeiend, maar ook altijd een actueel onderwerp zijn.



Daar waar iedereen stinkt, ruik je niemand.



Bernardus van Clairvaux (6de-7de eeuw)

Achter een schoon lichaam en schone kleren schuilt een onreine ziel.



Paula van Rome (4de-5de eeuw)

Hij, die door zijn doop is gereinigd, hoeft zich niet opnieuw te wassen.



Heilige Hieronymus (4de-5de eeuw)

Was vaak je handen, zelden je voeten en nooit je hoofd.



Engels gezegde (17de eeuw)

Vergeet niet je nagels schoon te maken en zorg dat je adem fris ruikt. Anders zal je geliefde van je weglopen.



Ovidius, Romeinse dichter (1^e eeuw v.Chr.-1ste eeuw n.Chr.)

Zeep en water sterken je karakter.



slogan van het Amerikaanse Instituut voor Hygiëne (jaren '20 van de 20ste eeuw)

Men dient zieken zo vaak als raadzaam is toegang te verlenen tot de badkamer. Gezonde mensen, en vooral jongeren, kan men daarentegen beter beperken.

Wat is de schoonste struik in het bos?

Hulst, omdat niemand zijn billen met die bladeren durft af te vegen!



middeleeuwse grap



Heilige Benedictus van Nursia (5de-6de eeuw)

Regelmatig wassen verkort de levensduur.



Ik was me een keer in de maand, ongeacht of dit nodig is of niet.



Elizabeth I, koningin van Engeland (16de-17de eeuw)

Wat kan ik zeggen over hen wier gewaden goed ruiken en wier mouwen zo lang zijn dat ze er hun handen en gezicht mee afvegen en een frisse adem hebben, maar wier kleren gemaakt zijn van het zweet en bloed van de armen?



Predikant Maciej van Raciąż (15de eeuw)

Een echt deugdzame vrouw laat haar natuurlijke schoonheid door opzettelijke verwaarlozing verwelken.



Heilige Hiëronymus (4de-5de eeuw)

Men dient zich regelmatig te wassen, dat wil zeggen in de lente bij de jaarlijkse bloedlating.



Thomas Turner, koloniale handelaar (18de eeuw)

Heb je wormen in je tanden, neem dan hennepzaden en kook die in een nieuwe pot tot de schil begint te pellen. Leg er vervolgens negen hete stenen in en buig je over de stoom. De wormen zullen er gegarandeerd uitvallen.

Wat heeft u vuile handen, milady.

Dan heeft u mijn voeten nog niet gezien!



Mary Wortley Montagu, Britse aristocrate (17de-18de eeuw)



Seymon van Łowicz (16de eeuw)

Vuil is een tweede huid.







Lichaams- verzorging in het oude Egypte

Al in het oude Egypte hechtte men veel aandacht aan reinheid. Hygiëne was voor de Egyptenaren een manier om gezond te blijven. Ook in het hiernamaals moesten ze schoon zijn. Daarom vinden archeologen in de piramiden allerlei toiletartikelen en potten voor cosmetica terug.

De Egyptenaren wassen zich een paar keer per dag. Reinheid was vooral een plicht voor de priesters, terwijl elk huis een waterkruik, een teil en kom voor het wassen van de voeten had. De allerrijksten hadden ook aparte vertrekken waar ze zich wassen in badkuipen of ondiepe zwembaden, door dienaren overgoten met water recht uit de Nijl. De armsten baadden in de rivier.

Zij moesten er alleen voor zorgen niet opgepeuzeld te worden door krokodillen!

's Ochtends moest het hele lichaam worden gewassen. Handen, gezicht en voeten wassen de Egyptenaren voor en na elke maaltijd, na thuiskomst en voor het slapengaan. Na het baden smeerden ze hydraterende crème die beschermde tegen de zon en bovendien ook insecten afweerde.





Elke ochtend poetsten ze de tanden, met pasta en een tandenborstel. Jawel, die waren al bekend bij de oude Egyptenaren! Volgens een ontdekt recept bestond hun tandpasta uit een mengsel van tot poeder geraspte munt, zout, peper en gedroogde bloemen. In contact met speeksel veranderde dat in pasta. De eerste Egyptische tandenborstel was een stokje met een uitgerafeld uiteinde. Een latere versie had haren gemaakt van dun gesneden stukjes papyrus (zie p. 133).

Om hun lijf gemakkelijker schoon te houden, verwijderden ze hun lichaamshaar (zie p. 67). Ze verzorgden ook hun nagels, die ze knipten met speciale mesjes en vijlden.

Aan de Nijl apprecieerde men ook lekkere geurtjes. Egyptische parfums kwamen meestal voor in de vorm van crèmes. Die bestonden uit vet, hars, kaneel, kardemom, bloemen en kruiden. Egyptenaren gebruikten ook deodorant in de vorm van pasta, gemaakt van bijvoorbeeld noten, tamarisk, struisvogeleieren en schildpadschilden. Ze smeerden er



hun lichaam mee in waardoor ze minder zweetten. Voor een frisse adem zogen de Egyptenaren op snoepjes gemaakt van onder andere kaneel, hars en honing.

Maar daar stopte hun vindingrijkheid niet. Wist je dat de tampon hoogstwaarschijnlijk is uitgevonden door Egyptische vrouwen? Ze maakten die van geweekte, opgerolde papyrusblaadjes.







Waar ga jij baden, Marcus?

Voor de oude Romeinen was baden puur plezier. Hun sociale leven speelde zich grotendeels af in openbare badhuizen. Hoewel de allerrijksten hun eigen badkamers hadden, wasten ze zich het liefst in de stad, samen met anderen.

Niet ver van het station Rome-Termini ligt de Basiliek van Onze-Lieve-Vrouw van de Engelen en van de Martelaren, ontworpen door Michelangelo. Deze reusachtige kerk werd iets meer dan 400 jaar geleden gebouwd. De gewelven en voorgevel zijn echter meer dan 1700 jaar oud. Michelangelo bouwde de basiliek namelijk op de ruïnes van de Thermen van Diocletianus, een

openbaar badhuiscomplex uit de oudheid. Bij aanvang van dit project bevonden de thermen zich in erbarmelijke staat en waren hun afbrokkelende muren helemaal overwoekerd. Ze waren lang daarvoor in onbruik geraakt. Gefascineerd door de schoonheid van de oude gebouwen besloot Michelangelo die zo goed mogelijk te bewaren. Dankzij hem bidden, huwen en





dopen de Italianen hun kinderen nu binnen dezelfde muren waar hun voorouders eeuwen geleden baadden, naar de gym gingen en zaken deden.

De thermen waren een combinatie van aquapark en spa, alsook een plek om zich te ontspannen en met vrienden of zakenpartners af te spreken. De badruimtes bevonden zich in het hart van het complex. Het *tepidarium* was een zaal met een zwembad vol warm water, het *caldarium* had een zwembad vol heet water en het *frigidarium* een zwembad met koud water.

De juiste temperatuur bewam men door middel van vloerverwarming. Inderdaad, vloerverwarming (in het Latijn *hypocaustum*) bestond al in de oudheid! Hoe werkte dat? De vloer werd gebouwd op zuilen van ongeveer 80 cm hoog. Een speciale houtoven in de ruimte eronder verwarmde de lucht tussen de zuilen en vervolgens zo de vloer.

De badhuizen in Rome waren toegankelijk voor iedereen: volwassenen en kinderen, vrije burgers en slaven, vrouwen en mannen. De mannen gingen meestal in de namiddag baden, de vrouwen 's ochtends. Interessant





weetje: de vrouwen moesten soms dubbel zoveel betalen als de mannen. Kinderen en soldaten konden er gratis plonzen.

Een bezoek aan het badhuis begon meestal met gymnastiek. Daarna stapte men het *tepidarium* binnen om te zweten en zich met een *strigilis* te schrobben (zie p. 23). Vervolgens ging men naar het *caldarium* en dan naar het *frigidarium*. Als afsluiter liet men zich masseren, insmeren met olijfolie en nogmaals schrobben.

Naast badruimtes hadden de grootste badhuizen ook gymzalen en sportvelden, soms ook dobbelkamers en buffetten, en

zelfs bibliotheken en aula's. Geen wonder dat de beroemde filosoof Seneca, die boven zo'n badhuis woonde, klaagde over het constante lawaai: het geplons in het zwembad, het gejoel van supporters tijdens een voetbalmatch, het gesteun in de gym, het geluid van de neerdalende handen van de masseurs op de huid, het gejammer van bezoekers die hun oksels lieten epilieren (zie p. 67), de verkopers die hun waar aanprezen en de luide gesprekken en ruzies.

De luidruchtige, drukbezochte badhuizen bleven vaak tot middernacht open. De rijkste Romeinen brachten er veel tijd in









www.lannoo.com
www.de-leukste-kinderboeken.com

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Oorspronkelijke titel: *Brud - Cuchnaca historia higieny*

Oorspronkelijke uitgever: Wydawnictwo Dwie Siostry, Warschau, 2021

© tekst: Monika Utnik-Strugała

© concept en illustraties: Piotr Socha

© Nederlandse uitgave, Uitgeverij Lannoo nv, Tielt, 2022

Vertaling: Greet Pauwelijn

Vormgeving: Keppie & Keppie

D/2022/45/104

NUR 210, 213

ISBN 978 94 014 7976 9

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Dit boek kwam tot stand met steun van the ©POLAND Translation Program.

