

## **BAÑOS Y SAUNAS: ESTUDIO DE UN RITUAL DESDE UN ENFOQUE ANTROPOLOGICO.**

### **Introducción.**

*Las saunas o baños, son un tipo de ritual que se constata en sus diversas variantes, tanto en culturas contemporáneas como en culturas históricas. Su marco histórico y geográfico, como describiremos posteriormente, es muy amplio, apareciendo tanto en marcos continentales diferentes como en momentos históricos tan dispares como la sociedad greco – romana, o la sociedad irlandesa de finales del siglo XIX. Esto supone que más que ante un tipo de ritual específico, nos encontramos casi ante una tipología de ritual, con una diversidad de contenidos y de significados. Por lo tanto, podemos plantear desde un principio que los elementos que se manejan en estos rituales, son un tanto universales en lo que a su importancia, aunque su contenido varíe significativamente.*

*El trabajo que se va a desarrollar a continuación tratará en primer lugar de la descripción del tipo de ritual ante el que nos encontramos, de los elementos simbólicos que se manejan en este tipo de rituales y de su variedad y contenido.*

*En segundo lugar se intentará en la medida de lo posible realizar una interpretación de estos rituales, en sus diferentes contextos, así como en sus diferentes momentos. Hay que tener en cuenta que este va a ser un análisis en principio interdisciplinar, ya que se va a tener en cuenta modelos de rituales que aparecen en contextos arqueológicos y también en modelos etnográficos, pero la interpretación partirá desde un enfoque antropológico que intentará aunar estos dos modelos. Hay que tener en cuenta que nos encontramos un tipo de ritual cuyo estudio desde el punto de vista etnográfico y histórico es escaso, elemento por el que no existe en este ámbito una variedad de interpretaciones respecto de este ritual, lo que influirá en el desarrollo del trabajo.*

*Por último desarrollaremos una breve conclusión, donde contrastaremos todos los datos plasmados en el trabajo y su significación.*

*El trabajo, debido a la poca bibliografía que se ha desarrollado sobre este tema, no tendrá una base descriptiva muy amplia, por lo que la mayor aportación será de índole interpretativa y reflexiva acerca de un fenómeno de este tipo.*

### **Descripción de los rituales de las saunas y baños.**

*Este tipo de rituales son descritos de muy diversa manera, ya que en principio, el castellano no posee un vocabulario preciso para estos diferentes tipos de baños. Pueden ser descritos como túmulos quemados, saunas o baños, pero hacen referencia siempre a un tipo de rituales en los que se conjugan varios elementos definitorios y característicos: el sudor, el agua o el vapor de agua, el fuego, la tierra y otros elementos que pueden ser más característicos de los diferentes rituales que aquí estamos viendo. Pero los tres elementos característicos de todos ellos serían el sudor, el agua y el fuego. Estos son tres elementos cuya significación simbólica cobra importancia tanto en este ritual como en diversas culturas. Son elementos simbólicos cuyo contenido simbólico es casi universal. Las características más comunes que definen a un lugar donde se realicen esta serie de rituales serían: una localización cercana a una fuente o pozo de agua, una gran acumulación de piedras quemadas y agrietadas, y una estructura cuya forma puede ser rectangular, cónica o circular. En muchos casos estos elementos se encuentran excavados en la tierra, por lo que en estos casos existe una vinculación simbólica con la tierra, a la que luego se hará referencia.*

*Como hemos comentado, las saunas o baños tienen una cronología y una geografía muy amplia. Están*

*documentadas al mismo tiempo en muchos sitios del continente europeo al mismo tiempo entre el siglo I a.C. y la actualidad. También están constatada su realización en el norte y centro de América y la región círculo – polar. Los requerimientos básicos, aparte de los arquitectónicos anteriormente descritos, para un baño caliente o de sudor son una fuente de calor y un lugar cerrado. El material en el que esté construido el baño puede ser tanto una tienda de campaña, utilizado por muchas tribus indias de Norteamérica, como estructuras más sólidas erigidas por otro tipo de comunidades. La construcción de estructuras más sólidas suele estar normalmente asociada a culturas más complejas.*

*Estructuras semi – subterráneas son encontradas tanto en Norteamérica como en el este de la Europa medieval. Incluso existe la constatación de este tipo de construcciones en el sudeste de Rusia.*

*Frecuentemente este ritual se acompaña de un baño frío después del baño de sudor. La localización de estos baños de sudor cerca de fuentes, lagos y ríos es característico en Finlandia, Rusia y California, y el baño frío en piscinas, está constatado en las casas del sudor irlandesas. Estos baños fríos o de nieve en invierno, se realizan sobre todo para cerrar los poros abiertos por el sudor*

*Existen, según el tipo de ritual que se realiza, dos tipos de baños de sudor. En primer lugar estarían los baños de sudor seco, y en segundo lugar están los baños de sudor húmedo o baño turco caracterizado por la presencia de vapor. Como el término baños de vapor tiene esa acepción, se utiliza el de sauna para el baño de sudor seco.*

*Se denomina baño húmedo, o baño turco, al baño de vapor caracterizado por estar el aire sobresaturado de humedad, con una temperatura máxima de 45°C. Por otro lado, se denomina baño seco, o sauna, al baño de aire caliente que presenta una humedad baja, del 10/15%, que se puede obtener y regular añadiendo agua, y cuya temperatura puede alcanzar desde los 40°C. Hasta cerca de 100°C en las capas superiores.*

*Como ejemplo de baños húmedos puede considerarse la banja rusa y el propio baño turco de Irlanda; como baños secos, la sauna finlandesa y la irlandesa. Dentro del tipo de baño seco, existe una variante, hoy día no utilizada, conocida como baño de humo o sauna de humo, caracterizado por un ambiente ahumado obtenido directamente del fuego o, más bien, añadiendo plantas aromáticas e, incluso, estupefacientes. Es característico del Norte de Bielorusia, donde se emplean ramas de abedul para aromatizar, aunque también se conocía en Irlanda y, incluso en la antigüedad. Según Herodoto, era practicado quemando cannabis por los escitas. También debió ser conocido por los propios griegos.*

*La manera más usual de producir calor en los baños de sudor es mediante piedras calientes o incandescentes. En una simple estructura de piedras, calentadas en el exterior mediante un fuego, son llevadas dentro de los recintos mediante unas pinzas de madera o metálicas, o pueden ser simplemente rodadas hacia la tienda o estructura. Dentro de las tiendas las piedras son alojadas dentro de un hoyo superficial. De forma alternativa, estas piedras pueden ser calentadas dentro de hoyos con un fuego encendido alrededor de estas.*

*En el caso de que nos encontremos ante estructuras permanentes, la colocación de los diferentes elementos suele ser más sólida. En este caso, se construye un horno o un hornillo en el que se colocan las piedras o una línea de piedras es colocada en un horno para irradiar calor o producir vapor.*

*Ramas, turba o madera ardiendo puede ser usada directamente para producir calor allí donde el vapor no es necesario, y los baños de sudor pueden ser utilizados para otros cometidos.*

*Desde el punto de vista histórico y como hemos comentado anteriormente, existe constatación arqueológica y etnográfica de este tipo de saunas y baños de sudor. Los primeros indicios actualmente conocidos de la utilización de piedras cándidas para hacer hervir agua, que se han relacionado para su uso en baños de vapor, se documenta en el III milenio a.C. en yacimientos palafíticos de la Cultura de Horgen. Asimismo,*

*aunque el origen de este tipo de baños es incierto, testimonios relacionables como braseros u hornos abiertos se han señalado se han señalado a partir de la Edad del Bronce tanto en el Norte como en el Occidente de Europa, habiéndose, incluso, relacionado con el flourit de los cultos al agua desarrollados desde Escandinavia hasta el mundo Atlántico en la Edad del Bronce y del Hierro.*

*Todo ello permite valorar mejor una tradición extendida por el mundo Atlántico, pues se ha documentado en las Orcadas y en Irlanda, donde parece posible relacionarla con tradiciones folklóricas y literarias del mundo céltico y, quizá, con las de la Península Ibérica, donde se constatan también este tipo de estructuras. Las estructuras interpretadas como posibles baños de vapor halladas en los poblados de Skara Brae, en las islas Orcadas, son pequeñas construcciones de piedra en forma de cabañas asociadas a grandes restos de fuego que confirmarían la existencia de una tradición de gran antigüedad.*

*Esta costumbre parece también constatarse en Irlanda, donde se pudieron utilizar para esta función algunas estructuras en forma de herradura denominadas Fulachta Fiadh, asociadas a hogares y manantiales, interpretadas como cocinas en un principio, pero que al carecer de relación directa con restos de huesos y desechos, han sido relacionadas más recientemente con saunas, interpretación que sigue siendo discutida.*

*En el ámbito de la etnología, Irlanda ofrece los más interesantes paralelos etnológicos para documentar los baños de aire seco que explican las saunas encontradas en la península ibérica, propias de la cultura castreña. Se conocen más de 150 de estas estructuras, la mayor parte hoy desaparecidas, extendidas por el Norte y Occidente de la isla.*

*Usados normalmente hasta mediados del siglo XIX, se han considerado de origen desconocido por la mayor parte de los autores, relacionándose sobre todo con saunas nórdicas, aunque se han comparado al thólos de los baños griegos. Pero, algunos ejemplos, se fechan entre el siglo VI y el VIII d.C. Además como posibles precedentes se puede considerar los citados Fulachta Friadh y su mismo nombre, Teach Alluis, documentado en la literatura, supone un origen céltico que confirma su antigüedad en la isla. Por lo tanto, vemos que este tipo de estructuras son un elemento característico de las culturas denominadas indoeuropeas.*

*Hay que tener en cuenta que el hecho de que exista una constatación de este tipo de estructuras o otras similares en muchas culturas históricas, no quiere decir que su contenido sea el mismo que el de culturas contemporáneas.*

*En lo que respecta al ámbito del continente americano y desde el punto de vista etnológico, se constata una práctica de este tipo de rituales en diversas culturas, sobre todo en las tribus norteamericanas, tanto en la cultura Navaja como en la Sioux. Aquí el tipo de estructura suele ser bastante simple, siendo en la mayoría de los casos estructuras en forma de cabaña hechas de madera. Asimismo, se constatan ambos tipos de rituales, tanto los baños de sudor como las denominadas saunas.*

*Estamos ante un tipo de construcciones, en las que la etnología y la antropología han servido, de forma claramente ilustrativa sobre la verdadera función de este tipo de estructuras. En principio, cuando no se tenían fuentes documentales que lo plantearan, se solía plantear que este tipo de estructuras respondía a un tipo de cocinas, situada en torno a los yacimientos y con una función meramente culinaria. Pero con el tiempo, y ante algunas evidencias etnológicas, de estructuras que siguieron siendo utilizadas en épocas contemporáneas, se vio que esta no era su verdadera función. Por otro lado, a pesar de plantearse en un principio la hipótesis de que eran cocina, nunca se encontraban restos de huesos animales asociadas a las mismas, lo que hizo dudar a ciertos investigadores. Pero no se debe incurrir en el error, de plantear las mismas funciones para momentos históricos, que para los de culturas contemporáneas.*

*Reflexiones acerca de las saunas y baños de sudor.*

*A la hora de plantear la interpretación de este tipo de estructuras, es evidente que la que más nos interesa es la interpretación o función propia de un ritual. Pero es evidente que no sólo tienen una función ritual este tipo de estructuras.*

*Sus usos básicamente se podían estructurar en tres que serían su función higiénica, su función medicinal y su función ritual o purificadora.*

*En primer lugar la función higiénica responde a que los baños de sudor a saunas, permiten mediante el sudor o el calor, desde el punto de vista fisiológico, una eliminación de gran cantidad de toxinas, y una limpieza de las impurezas corporales. Por otro lado, combinado con un posterior baño de agua fría, supone un ejercicio de limpieza corporal bastante completo, de gran utilidad en cualquier marco ecológico.*

*Respecto de la función medicinal, es obvio suponer que la consecuencia más inmediata de la práctica de un baño de este tipo, es que ejerza una acción benéfica para el cuerpo, más si se incluyen ciertas plantas medicinales, que ingeridas por medio de vapores o filtradas a través de los poros de la piel, ejerzan una función benéfica para los individuos que se padecan alguna patología. Dolencias reumáticas y problemas respiratorios o estados febriles, es evidente, sin saber mucho sobre patologías o medicina, que la expulsión de gran cantidad de sudor, aparte de la eliminación de las toxinas anteriormente mencionadas, mejora problemas respiratorios y dolencias corporales o de otra índole.*

*Pero es el carácter ritual de estas estructuras lo que realmente nos interesa. En principio hay que plantear que en función de la estructura de estos elementos, adquirirán un contenido u otro.*

*Respecto al tipo de ritual que se realiza, está claro que estamos, indiferentemente del tipo de sociedad que practique estos rituales, ante un ritual comunitario. Este tipo de rituales son organizados por grupos de no especialistas organizados en términos de grados de edad, sociedades de hombres, clanes o linajes asumen la responsabilidad de celebrar, regular u ocasionalmente, rituales considerados esenciales para su propio bienestar o para la supervivencia de la sociedad. Aunque los rituales comunitarios pueden emplear especialistas como chamanes y oradores, habilidosos danzantes y músicos, una vez finalizada la celebración ritual, los participantes vuelven a sus rutinas diarias. En estos casos no hay especialistas religiosos a tiempo completo. Estos ritos comunitarios se agrupan en dos grandes categorías: 1) ritos de solidaridad y 2 ) ritos de paso. En los ritos de solidaridad, la participación en rituales públicos de carácter dramático realza el sentido de identidad del grupo, coordina las acciones de sus miembros individuales y prepara al grupo para una acción de cooperación inmediata o futura. Los ritos de paso, celebran el movimiento social de los individuos, entrando o saliendo de los grupos, accediendo o abandonando estatus de importancia crítica tanto para ellos como para la comunidad.*

*Una vez planteado el tipo de rito intentaremos cotejar los marcos culturales en los que estos se realizan. Nos encontramos ante marcos de evolución social que van desde sociedades protoestatales propias de la edad del Bronce o del Hierro, o sociedades bajo la forma de estados, como pudieron ser las sociedades greco – romanas. Asimismo, nos vemos ante sociedades tribales, como pueden ser las tribus de Norteamérica. Por lo tanto, estamos ante un tipo de ritual que se pueden situar en un plano diacrónico, tipo de estudio característico de las escuelas del estructural – funcionalismo y del estructuralismo francés, en el que estamos ante un ritual que por su constatación en diferentes modelos de evolución social, se encuentra por encima del tiempo.*

*A la vez dado que estamos ante un fenómeno que se encuentra en diferentes nichos ecológicos, nos encontramos con que sus pautas no responden a ningún razonamiento ecológico – cultural, aunque en un marco concreto si pueda tenerlo.*

*Es obvio, que no podemos plantear la aparición de estos rituales en diferentes contextos por medios de difusión cultural, puesto que no son coincidentes ni correlativos en el tiempo, aunque puede que en ámbito*

*europeo si haya cierta difusión y asimilación de esta pauta cultural.*

*La razón por la que considero que este ritual aparece en tan diversos ámbitos culturales, aunque con diferentes contenidos, es por su vinculación a elementos tan universales en las culturas: el fuego, el agua y la tierra en algunos casos.*

*En primer lugar, el agua es un elemento que cobra un contenido universal en todas las culturas. Está asociado a elementos como la vida, el más allá y a la fertilidad. El agua, en algunos casos puede ser el elemento de comunicación con el más allá, o mejor dicho, el mismo Más Allá, lo que confirma en algunos casos el carácter ctónico de monumentos. De acuerdo con algunas mitologías, el paso por esta agua sulfurosa o hipertermal, en ocasiones asociadas a grutas, permite comparar el carácter de las saunas a dichas fuentes termales, como punto de paso al Más Allá. En este caso estamos ante ritos de paso, en los que aquellos que realizan este rito estarían preparados para enfrentarse al Más Allá o a la muerte, siendo los guerreros una clase social que cumpliría estas características.*

*Por otro lado y con relación al agua termal y sus vapores, vemos que producen la emanación de grandes cantidades de sudor entre aquellos individuos que lo practican, lo que posiblemente tiene un carácter purificador. Según este último caso, el ritual puede tener tres fases: Una primera fase en la que se purifica la parte exterior del cuerpo; otra segunda fase en la que se purifica la parte interior del cuerpo; y una fase final en la que se purificaría el espíritu. Es más que posible que la utilización de plantas aromáticas o de sustancias psicotrópicas, tengan mucho que ver en este contenido purificador que tenga el ritual. Está claro que al estar constatado el uso de sustancias como el cannabis en diversas culturas, estos harían entrar en trances a los individuos, ya que estarían sometidos a grandes temperaturas, y forzados a inhalar esas sustancias contenidas en el vapor de agua. Es evidente, por otro lado que en estos casos, la figura del Chamán, siempre asociado a sustancias psicotrópicas, tenga un papel relevante el oficio de estos cultos.*

*Respecto a su estructura, estas construcciones, en el caso de que fueran hipogeas y de thólos, puede indicar un carácter ctónico antes citado y onfálico, como axis mundi de su colectividad y punto de unión de la tierra ctónico y quizás, celeste, y, en consecuencia, como punto de paso, concepción de la que derivarían funciones rituales concretas relacionadas con ritos de ilustración o de iniciación como antes hemos mencionado. Por lo tanto, en este caso aparece la vinculación con el elemento tierra. Esto sucede en el caso de que las construcciones se encuentren semienterradas, vinculándose la construcción y el ritual, con la tierra y el cielo. Este carácter ctónico y onfálico de dichos santuarios y monumentos y las posibles divinidades que en las diversas culturas están asociadas a los mismos permiten aproximarse a un tipo de función ritual que parece relacionada con ideas de protección de la comunidad, a fin de garantizar su continuidad y prosperidad.*

*Respecto al fuego, vemos que el calor que desprende y su influencia en los rituales que en las diversas estructuras se pueden haber dado es evidente. El fuego ha llegado a ser considerado por diversas culturas como un elemento básico, cuyo contenido simbólico está constatado. Es posible que su contenido sea mayor en aquellos rituales que entrarían dentro de lo que se denominaría baños secos o saunas, donde no se expulsa vapor de agua sino tan sólo calor, con una humedad relativa muy baja. Asimismo, el fuego, al igual que la tierra, está asociado al carácter hipogeo de estos rituales.*

## **Conclusión.**

*Quizás, al final de esta breve exposición, vemos que nos encontramos ante un ritual que aúna a tres elementos constantes en todas las culturas, que son la tierra, el agua y el fuego. Ahí radica la universalidad de los baños del sudor y de su constatación en tantos marcos culturales, aparentemente tan diversos.*

*Por otro lado, vemos que por la diversidad de contenidos, es difícil quedarse tan sólo con los esquemas de Wallace respecto a la tipología de este ritual, ya que en primer lugar estamos ante un fenómeno cuyo*

*contenido es muy diverso, y en segundo lugar, sus especificidades van más allá de la mera clasificación como ritual comunitario. A medida que avanzamos en el estudio de estos fenómenos, sea desde un punto de vista histórico o etnológico, vemos que tienen tal cantidad de contenidos diferenciadores, que estamos casi ante una tipología diferente de rituales que serían los rituales del sudor, puesto que en todos estos emana del cuerpo esa sustancia que en muchas culturas es considerada un líquido vital. Incluso en algunos contextos, el aceite se unta en el cuerpo inmediatamente después de haberse oficiado el ritual, lo que permite una pérdida menor de sudor.*

*Finalmente, plantear este ritual como un elemento que pertenece a una gran tradición antigua que incorporándose a diversas culturas, puede ser pausible para ámbitos europeos, pero no para contextos extracontinentales, por lo que debemos situarnos en planos y estructuras de pensamiento universales que se repiten en diversas culturas, adquiriendo otros significados.*

## **BIBLIOGRAFÍA.**

**ALMAGRO – GORBEA M. & MOLTÓ L. 1992:** <<Saunas en la Hispania prerromana>>, *Espacio, Tiempo y Forma, Serie II, H<sup>a</sup> Antigua*, t. V, p. 67 – 102.

**BARFIELD L., & HODDER M. 1987:** <<Burnt mounds as Saunas, and the prehistory of bathing>>, *Antiquity* 61, p. 370 – 379.

**GRIMAL P., Diccionario de Mitología Griega y Romana, Paidos, Barcelona, 1993.**

**HARRIS M., Antropología Cultural, Alianza Editorial, Madrid, 1995 (1980).**

*Sweat bath*, en inglés o *Schwitzbad* en alemán.

*Steam bath* en inglés.

*Smoke bath*, en inglés o *Rauchsauna*, en alemán.

Libro IV de Herodoto.

En este trabajo no se pretende caer en una perspectiva cross – cultural, ni en la denominada etnoarqueología más simple, aunque es evidente que estamos ante un tema que ha sido tratado bajo esa perspectiva desde un principio.

Según la clásica clasificación de Anthony F.C. Wallace (1966), comúnmente aceptada por los esquemas clásicos de la antropología de las religiones.

Este término hace referencia a elementos o incluso divinidades de carácter subterráneo.

Possiblemente haga referencia a Ónfale, que llegó a ser mujer de Heracles, asociada posiblemente a elementos de carácter guerrero o pacificador.

El Axis Mundi hace referencia en muchas mitologías al techo del mundo, el pilar sobre el que se sostiene el mundo de forma simbólica.