

# 講真，中世紀的歐洲人真的不洗澡？

郭彥博 微信號：青年知識局。國家地理/博物館記/社會雜談/個人成長

<https://zhuanlan.zhihu.com/p/33612054>

歐洲有段黑歷史，現代人聽了男默女淚。但在中世紀歐洲確是共識，沒錯，那就是中世紀的歐洲人都不洗澡。

放到現在，如果有一個人說我已經幾十年沒洗澡了。額...你會怎麼想？

不過，在當時人眼裏，不洗澡被視為在正常不過的行為。有些農民條件缺乏，可能一輩子洗一次澡，或者一輩子都不洗澡。曾經資助過哥倫布的西班牙女王伊莎貝爾自詡最驕傲的事就是一生洗了兩次澡。一次是出生，一次是洞房。所以為什麼女王看起來都比較黑，是有原因的。

其實，中世紀指的是公元 476 年西羅馬帝國滅亡至公元 1500 年的一千年間被稱為中世紀。那 1000 年的歐洲的人都是不洗澡的嗎？絕不是。

據《羅馬帝國衰亡史》記載，早在 4 世帝國紀的羅馬時期，就有建有諸多的公共浴池，僅在羅馬城就有 1000 多個，羅馬皇帝卡拉卡拉（Caracalla）修建的公共浴場，後人稱為卡拉卡拉大浴場：建於 212-216 年間，長 412 米，寬 383 米（最寬處 393 米），中心浴池長 218 米，寬 112 米，游泳池長 54 米，寬 23 米，與現代的標準游泳池相當。十分豪華，而且是男女混浴，不得不說，這是最有福利的一群歐洲市民了。即使羅馬帝國滅亡之後，歐洲還是保留了洗澡的傳統。

那天天洗澡是怎麼演變到一輩子不洗澡呢？

其實在 13 世紀黑死病發作之前，歐洲並沒有明確的法令、常識、教令來證明，洗澡是一件令人羞恥的事情。反之，洗澡其實是一種常識，據[法]喬治·維伽雷羅《洗浴的歷史》記載：

13 世紀時，專門有夥計走遍巴黎的大街小巷招呼人們去蒸汽浴室和盆浴浴室。這些場所在當時的巴黎已十分常見，1292 年就已達 26 家。蒸汽浴室和盆浴浴室的經營成為一種行業，並且進入了日常生活。

淋浴是如此大眾化，以至於可以很平常地將洗一次蒸汽浴作為對一些工匠、僕人和短工的獎賞。“王室給讓·珀蒂和其他貼身侍從一天的年假去洗蒸汽浴，一共花了 108 個蘇。”他們去洗蒸汽浴時，根據價格的不同，可以要求另外提供浴缸、美味、佳餚，甚至床。

熱水澆到木頭上放出蒸汽，人們在蒸汽中赤身\*\*地挨在一起，暢快淋漓地出身大汗，然後擦幹身體。而浴盆有時是在單獨的房間裏進行，裏面擺著箍了鐵邊的圓形 厚重浴缸。洗蒸汽浴不一定要浸入水中，而洗盆浴則需要浸入。1380 年，在

聖維維安浴室就有 6 個浴缸，以及 3 張帶鋪蓋的床。這樣，人們似乎就可以在裏面出汗、泡澡了。



可見法蘭克帝國當時是有很多的公共澡堂的，男女混浴。

但 14 世紀是個轉折點。真正的罪魁禍首黑死病爆發了。

歷史上最著名的黑死病爆發於 14 世紀中葉的歐洲，這場瘟疫在 1338 年起源于亞洲西南部，1340 年左右向南傳到印度，隨後向西沿古代商道傳到俄羅斯東部，約在 1348 年，黑死病在西班牙流行，到了 1349 年，就已經傳到英國，1351 年到瑞典，1353 年到波羅的海地區的國家。

根據今天的估算，當時在歐洲、中東、北非和印度地區，大約有 1/3 到 1/2 之間的人口因而死亡。在歐洲，黑死病猖獗了 3 個多世紀，奪取了 2500 萬餘人的生命，是當時歐洲人口的 1/3，人們談病色變，而又沒有手段能力去控制和醫治。

有醫生積極尋找原因，當時還有諸多公共澡堂，人們成群結隊聚在一起，那有可能是人的皮膚受到蒸汽、水的浸染，毛孔變大，放走了元氣，吸收了有害物質，**醫生認為洗澡就是黑死病傳染的禍根，既然醫生是專家，那不洗澡絕對沒錯。**

醫生的話，有人也不信，但是教會的話不得不信。歐洲當時普遍信仰天主教，天主教教會看到黑死病的急速蔓延，也認為洗澡有害，更重要的是公共澡堂男女混浴是傷風敗俗，發生的事情也不堪入目，屬於淫穢文化。**他們認為肮髒的身體才能夠更好的去接近上帝，所以不洗澡就成了神聖的聖潔象徵。所以教會就大力推廣不洗澡運動，多年不洗澡的人被封為“聖女”“聖人”。**

《西方文明的另類歷史》中記載：

- 隱士聖亞伯拉罕 50 年不洗澡也不洗腳；
- 西爾維亞一位聖處女年逾 60，且沉痾難愈，但“除了洗一洗手指以外，絕不願意清洗她身體的任何一個部分”；

- 聖尤弗拉西亞稱，自己探訪過一座修道院，裏面共有 130 余名修女，她們從不洗腳，而且一聽說“洗澡”這個詞就作嘔；

得益于宗教和眾多庸醫的宣傳，15、16 世紀，從國王到平民，他們把“洗澡”當做一生最大的敵人，黑死病也因此更加肆虐。

但是還有意外收穫。由於常年不洗澡，可想而知，臭氣熏天，有的貴族女士就受不了，高價購買香料，製作香水，當年的香水產業一步步也就發展起來了，直到現在香奈兒等品牌都百年歷史，國際品牌，香水的發展就是從解決不洗澡的臭味開始。

對香料的巨大需求，也間接催生了新大陸的發現。而新大陸的發現促進了工業革命，也解決了用水問題，建立了現代廁所文明。歐洲人一轉身就成了文明人。

不過，一位統計學家指出一個令人驚奇的事實：**直到今天，倫敦還有五分之一的人基本不洗澡**。至於飯前洗手的規定他們遵守得比較好，完全是因為在刀叉出現之前，歐洲人是直接用手抓取飯菜的。額...歐洲的文化確實源遠流長，亙古不斷啊！

編輯于 2018-02-05