

Histoires de bains...

Ce mois-ci, nous partons en Russie à la rencontre des « bania » ou « banya ». Les Russes aussi ont leurs bains de vapeur chauds et humides. Avant que la salle de bain privée ne fasse son apparition, les Russes se rendaient aux bains publics. Les bains publics étaient non seulement un lieu dédié à l'hygiène mais également un lieu sacré. Le bania permet en effet de purifier le corps et l'esprit et réunit en son sein les quatre éléments : le feu, l'eau, l'air et la terre. Autrefois, on cherchait donc à obtenir la bienveillance de ces éléments. Le bania avait une place très importante dans le quotidien. Il était présent dans tous les grands événements de la vie : naissance, mariage etc. C'était aussi un signe d'hospitalité envers des invités.

Il ne s'agit pas seulement d'un bain de vapeur. C'est tout un processus. L'étuve, *parilka*, est en bois. Elle est chauffée par un poêle que l'on arrose d'eau pour produire de la vapeur et qui est appelé *kamenka*. Il était à l'origine chauffé au bois. Aujourd'hui, on utilise souvent des poêles en brique que l'on asperge d'eau chaude ou bien un système de pierres brûlantes.



Bania avec un poêle en briques.

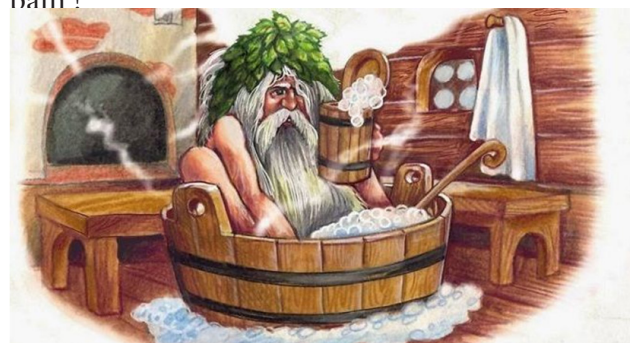
Les premiers banias datent des Vème et VIème siècles. Ils étaient autant utilisés par la noblesse que par les paysans. Le premier bain avec un poêle en brique est construit au XIème siècle. Traditionnellement, on mettait les bains en chauffe les samedis, aussi appelés « bannii den' », le jour du bain. Qu'appelle-t-on « mettre en chauffe » le bain ? Il existe en réalité deux sortes de banias : Le bania noir et le bania blanc. Le bania noir est le plus ancien. Il apparaît dès le XVIème siècle. On en trouve encore quelques uns en Sibérie aujourd'hui. Lors de la préparation du bania pour faire chauffer l'étuve à 60°C, on fait sortir la fumée du poêle en brique à l'intérieur du bain. De cette manière, on élimine les microbes. On évacue ensuite la fumée à l'extérieur pour permettre aux baigneurs d'entrer sans risque d'asphyxie.

Le procédé prend 3 à 6 heures. A la fin du procédé, les murs de l'étuve sont noircis par la fumée d'où l'appellation de bania noir. Le bania blanc rejette directement la fumée à l'extérieur par soucis d'esthétisme et d'économie. C'est le plus courant aujourd'hui.

Avant d'entrer dans l'étuve, on se flagelle le corps à l'aide de veniks. Il s'agit de balais de branches de bouleau ou de chêne séchées et préalablement plongées dans l'eau froide. C'est même devenu une profession à part entière. On peut se fouetter mutuellement entre amis ou bien faire appel à un professionnel si l'on se rend dans de grands bains. Ce procédé permet d'assouplir et de nettoyer la peau et d'activer la sudation et la circulation du sang. De plus, les bois de bouleau et de chêne ont certaines propriétés curatives intéressantes. On se rend ensuite dans l'étuve. La température peut monter jusqu'à 120°C. On y reste donc rarement plus de 5 minutes. On plonge ensuite dans un bac d'eau glacée ou pour les plus chanceux dans une rivière. Les plus courageux se rouleront dans la neige. On répète deux à trois fois le processus. Entre chaque passage, on se repose dans la *predbannik*, une pièce avec une grande table et des bancs pour faire une pause et discuter entre amis. A la fin du rituel, on boit un thé dans la salle de repos.

Les bains étaient mixtes jusqu'en 1743. Les banias restent un lieu de rencontre. On s'y rend en famille, entre amis et même entre collègues. Aujourd'hui, de nombreux particuliers ont leur propre bania à la maison car la tradition reste très présente au quotidien.

Terminons cette lettre info par une petite mise en garde si vous vous rendez dans un bania... méfiez-vous des banniks ! C'est un personnage du folklore russe qui a l'habitude de jeter des pierres brûlantes et d'ébouillanter les visiteurs ! N'oubliez pas de lui laisser une offrande après le bain !



Un bannik, personnage du folklore russe.