

Il est une idée reçue particulièrement tenace dans l'imaginaire collectif : celle du Viking crasseux, barbare hirsute et malodorant. L'archéologie et les sources littéraires médiévales nous invitent pourtant à réviser ce portrait de manière assez radicale. Les peuples norrois de l'âge viking (environ 800-1100 apr. J.-C.) étaient, à l'échelle de leur époque, d'une propreté remarquable — à tel point que leurs habitudes d'hygiène constituèrent, paraît-il, un avantage certain auprès des populations locales lors de leurs incursions en Angleterre.

### Le samedi, jour du bain

La première preuve de cet attachement à la propreté est d'ordre linguistique. Dans l'ensemble des langues d'origine scandinave, le samedi se nomme *laugardagr* en vieux norrois, mot composé de *laug* (le bassin, le bain) et *dagr* (le jour) : littéralement, « le jour du bain ». Cette étymologie n'est pas anodine : elle révèle que le bain hebdomadaire était suffisamment ancré dans les mœurs pour donner son nom à un jour de la semaine entier.

Cette habitude n'est pas seulement attestée par les langues. Le moine et chroniqueur anglais John of Wallingford, au XII<sup>e</sup> siècle, notait avec une pointe d'amertume que les envahisseurs danois étaient beaucoup plus séduisants aux yeux des femmes anglo-saxonnes car, contrairement aux hommes locaux, ils peignaient leurs cheveux chaque jour, se baignaient chaque semaine et changeaient régulièrement de vêtements. Voilà un témoignage pour le moins savoureux : l'hygiène des Vikings comme menace à l'ordre social anglais.

Le bain hebdomadaire n'était d'ailleurs pas seulement un acte de nettoyage : c'était aussi un rituel social au cours duquel on se rassemblait, échangeait des nouvelles et traitait parfois des affaires.



Bain construit par Snorri Sturluson à Reykholt, vers 1210 (Islande)

### La badstuga : la cabane de bain norroise

Pour se laver, les Vikings ne disposaient pas de thermes de marbre comme leurs lointains contemporains romains. Leur outil, c'était la *badstuga* (ou *badstue* en norvégien), littéralement la « cabane de bain ». Le terme norrois désigne un bâtiment séparé dans lequel un poêle de pierres était chauffé à blanc, et sur lequel on jetait de l'eau pour produire de la vapeur, appelée *eimr*. Ces structures fonctionnaient sur un principe très proche du sauna finlandais à fumée, et étaient courantes sur les fermes prospères à l'époque viking.

La structure elle-même était souvent semi-enterrée dans la terre pour conserver la chaleur. À l'intérieur, les bancs étaient disposés en hauteur, tout comme dans un sauna moderne. On s'y fouettait avec des rameaux de bouleau pour stimuler la circulation sanguine — une pratique que l'on retrouve encore aujourd'hui en Finlande sous le nom de *vihta*.

Après la suée, les Vikings plongeaient dans de grands bacs en bois et se savonnaient de la tête aux pieds, à l'aide d'un savon à base de graisse animale et de potasse. Peignes, pinces à épiler, cure-oreilles et coupe-ongles complétaient ensuite la toilette.



Reproduction d'instruments de toilette en os et bois de cervidé

En Islande, la géologie volcanique offrait un avantage considérable : les maisons de bain pouvaient être alimentées par les nombreuses sources chaudes naturelles de l'île, rendant la pratique encore plus accessible.



Source chaude de Heydalur à Mjóifjörður (Islande)

### Les sagas racontent les bains

La littérature norroise, ce vaste ensemble de récits en prose rédigés principalement aux XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, réserve quelques passages éclairants sur la place du bain dans la société viking. La *Saga d'Eyrbyggja*, l'une des grandes sagas islandaises, décrit une maison de bain creusée dans le sol, dotée d'une fenêtre au-dessus d'un poêle de pierre, permettant d'arroser les pierres depuis l'extérieur pour produire une vapeur intense.

La même saga met en scène un épisode devenu célèbre chez les historiens : un chef islandais surnommé « Stýr le Tueur » utilise sa *badstuga* comme un piège mortel, la chaleur et l'absence d'issue faisant le reste. La *badstuga*, espace de convivialité par excellence, pouvait donc aussi se transformer en instrument de vengeance — détail qui révèle à quel point cette structure était perçue comme efficace pour concentrer une chaleur implacable.

Le *Hávamál*, recueil de sentences de la poésie eddique, mentionne que l'hospitalité norroise impliquait d'offrir de l'eau pour se laver et des vêtements propres à ses hôtes : une obligation sociale qui mettait la propreté au rang des vertus fondamentales.

### Bain, honneur et identité

Chez les Norrois, la propreté corporelle relevait d'une dimension morale et identitaire. Selon les croyances de l'époque, l'âme des défunts arrivait dans l'au-delà telle qu'elle était au moment de la mort. Les héros de la mythologie nordique entraient dans le Valhalla en conservant leur apparence guerrière. Soigner son apparence en ce monde,

c'était aussi soigner celle que l'on présenterait aux dieux et aux ancêtres.

La propreté était ainsi inséparable de l'honneur, valeur cardinale de la société norroise. Les sagas fourmillent de personnages dont la dignité se manifeste jusque dans le soin porté à leur corps et à leur tenue.

### Un destin divergent : quand la badstuga devint salon

L'histoire de la *badstuga* en Scandinavie est aussi celle d'une transformation progressive. En Islande notamment, le déboisement rapide de l'île rendit le bois de plus en plus rare et précieux. Chauffer une *badstuga* jusqu'à la bonne température nécessitait une quantité considérable de combustible. Progressivement, la pièce de bain islandaise — la *badstofa* — cessa d'être un espace de sudation pour devenir la pièce de vie principale de la maison en tourbe, le lieu de rassemblement familial pendant les longues nuits d'hiver, conservant sa chaleur tout en perdant sa vapeur.

Sur le continent scandinave, c'est la Réforme protestante qui porta le coup de grâce aux bains collectifs. Les nouvelles attitudes religieuses contre la nudité « immodeste » en contexte communautaire entraînèrent la disparition de nombreuses *badstues* traditionnelles.

C'est en Finlande, forte de sa propre langue et d'une résilience culturelle particulière, que la tradition du bain de vapeur survécut sans interruption — le sauna finlandais que nous connaissons aujourd'hui.

### Un écho inattendu jusque dans les traités de paix

L'importance accordée au bain par les peuples norrois n'était pas seulement une affaire domestique. Lorsque l'Empire byzantin conclut une trêve avec les Vikings suédois (les Varègues) en 907, l'une des conditions stipulait expressément que ces derniers auraient accès aux bains publics de Constantinople. Voilà qui dit long sur le poids symbolique et pratique que le bain représentait dans l'identité norroise.