



## VAN THERMAE TOT HAMMAMBEZOEK



Mehdy Mariouch - Hammam Diaries, Marokko 2019

Een mama probeert haar kindje te laten wennen aan het warme water. Een beetje verder is een 'tellaq' (lid van het badpersoneel) bezig met het inzepen en schrobben van het lichaam van een klant. Elders nog vinden we iemand bedekt onder het zeepschuim, ... Stilaan verdwijnen de blauwe tegels in de hete, stomende ruimte. Iedereen is druk bezig in de hammam.

### Van Thermae tot Hammam

Het gebruik van badhuizen vindt zijn sporen in de Romeinse tijd. Vanaf de 2<sup>de</sup> eeuw voor Christus verschenen de badhuizen. Een publieke badkamer – of thermae – was een plaats voor lichaamsreiniging en ontmoeting.

Met de verspreiding van de islam (vanaf de 7<sup>de</sup> eeuw) in het Romeinse Rijk, ontmoetten verschillende culturen en hun badrituelen elkaar en smolten samen. Badhuizen kregen een nieuwe functie die binnen het islamitische geloof paste. Het hammamritueel was er niet alleen voor **lichamelijke hygiëne**, maar diende ook als **rituele reiniging** voor het gebed.

Om een breed publiek zijn geloof zo goed mogelijk te kunnen laten uitoefenen, werden de hammams toegankelijk voor arm en rijk. In een publieke hammam ontmoetten mensen elkaar en deden hun reiniging. Dit ritueel is met de tijd geëvolueerd tot een hele badcultuur.

Er was wel een verschil tussen de Romeinse thermae en de islamitische hammam. Zo hadden de meeste Romeinse badhuizen warme, lauwe en koude zwembaden, terwijl men in de hammam – in het Arabisch letterlijk 'badkamer' – gebruik maakte van stromend water en stoom.

De eerste officiële hammam werd opgericht in de 19<sup>de</sup> eeuw in Engeland. 'Salem Zenasni' (1974) staat bekend als de eerste Marokkaanse hammam in Brussel.



# Het beleven van een Marokkaanse hammam

**Stoom** vormt het essentiële kenmerk van de hammam. Door de hitte in de kamer ga je zweten. Je giet daarbij warm water over je lichaam tot je huid zacht wordt. Daarna volgt een diepe huidreiniging, waarbij volgende elementen onontbeerlijk zijn:

## Het verwijderen van dode huidcellen met arganolie en een kese

Men gebruikt **arganolie** om de dode huidcellen weg te krijgen. Romeinen gebruikten vooral olijfolie voor de huidreiniging. Arganolie als traditioneel ingrediënt werd sinds de 11<sup>de</sup> eeuw steeds populairder. De harde zeep was dan weer een uitvinding van de Galliërs. Die werd in de middeleeuwen geïntegreerd in de Arabische wereld.

Na het insmeren met arganolie volgt het schrobben van de huid. Om de dode huidcellen te verwijderen gebruiken mensen thuis een **kese** (of schrobhandschoenen). In een Marokkaanse hammam kan je dit ter plaatse laten doen door een schrobber of *tellak*. Romeinen gebruikten zout en zand om de huid glanzend en gezond te maken. Deze traditie leeft verder als de zoutscrub.

## Een huidmasker maken met *rhassoul*

Na het schrobben spoelt men de huid en dan is het tijd voor een **huidmasker**, waarvan '*rhassoul*' het hoofdingrediënt is. '*Rhassoul*' of '*ghassoul*', betekent 'wassen' in het Berbers. Het is een soort klei die al eeuwenlang als verzorgingsproduct gebruikt wordt in Noord-Afrika, met name in Marokko.

In een Marokkaanse hammam wordt de huid ingesmeerd met een pasta van *rhassoul*, opgelost in water en etherische oliën. Daarbij kunnen ook andere natuurlijke producten gevoegd worden, zoals melk (in plaats van water), honing en bloemen.

Na het wassen en afdrogen is het tijd voor een kopje Marokkaanse thee als afsluiting van de dag.



### INZENDER

Zohra Boucharafat  
Nakhla vzw  
<http://nakhla.be/>



### LOCATIE

Marokko, Vlaanderen, ...



### THEMA

Feesten, rituelen en sociale gebruiken  
Natuur en landbouw



### TREFWOORD

#ritueel #sociaal gebruik #natuur  
#levensbeschouwelijk gebruik