

Termak

Aisialdi fisiko eta intelektualerako lekuak ziren termak. Bainu eta saunarako instalazioak haien bereizgarri nabarmenak izanik ere, askotan liburutegiak ere izan ohi zituzten. *Domus* eta *villae* handiak terma pribatuz horniturik zeuden, baina jende arrunta terma publikoetara joan ohi zen. Herriak terma publikoetan ematen zuen bere aisialdirik gehiena. K.o. I. mendean geroztik, galtzaden ondoan zeuden herrigune nagusiek halako establezimendu publikoak zituzten.

Terma publikoetarako sarrera doakoa izan ohi zen, edo aski merkea, nolana ere. Hala emakumeak nola gizonak batera egon zitezkeen termetan, hariak eta Hadrianok bainuan sekuak banatzea agindu zuen arte, K.o. II. mendean, gertatu ziren eskandaluak moztearren. Zenbait hiritan, terma batzuk gizonezkoentzat ziren, eta beste batzuk emakumezkoentzat, baina toki gehienetan orduak ezarri zituzten batzuentzat eta besteentzat, batera egon ez zitezkeen.

Hemen ikusten duzun planoak Trajanoren termei dagokie. 104.-109. urte bitartean eraiki zituzten. Erromatarren munduko terma ikusgarrienetakoak ziren. Ohartuko zarenez, ongi eraturik zeuden, erabilerarik egokiena izan zezaten. Gela beroek, esaterako, arratsaldeko eguzkia biltzen zuten, bainua orduan hartzen baitzuten gehienek. Euskal Herriko termak askoz apalagoak ziren, baina gustukoa zuten bainu edo sauna aldi on bat hartzea afaldu aurretik. Gasteizen, adibidez, Arkaiako termak zeuden.

Sudatorium: Hau *sudatoriuma* da *laconicum* izenez ere ezaguna, izerditzeko erabiltzen zuten luurrun gela beroa zen. Bero egon behar zuten gela haiek hegoaldera begira zeuden eta haietako argi zuloak beiraz itxirik zeduten, erromatarrek bere ekarritako aurrerapena baitzen hori. Mota horretako gelak, gainera, aire beroaren bidezko beroketa-sistemaz horniturik zeuden. Adreilu bereziak (*tubuli*, *pilae*, etab.) erabiliz, aire-ganberak sortzen zituzten hormetan (*concamerationes*) eta lur azpian (*hypocausta*), eta haien bitartez hedatzen zuten labe batek sorturiko beroa.

Caldarium: Hau *caldariuma* da, ur beroko igerilekua zuen bainu aretoa.

Tepidarium: Hau *tepidariuma* da, giro epeleko aretoa. Abiaburu egokia termetako ibilaldia hasteko, gorputza epeltzeko eta girotzeko modua eskaintzen baitzuten; halaber, bainu beroen eta hotzen arteko geraleku gisa erabil zitezkeen.

Frigidarium: *Frigidarium* izeneko ur hotzeko bainu aretoa.

Nymphaea: Trajanoren termek bi *nymphaea* edo iturri handi zituzten. Instalazio guztietarako ura hurbileko akueduktu batetik zetorren lur azpiko berunezko hodien bidez. Horretaz gainera, termek ur-biltegi batzuk zituzten, eta haietako bakoitzak zazpi milioi litro bildu ahal zuen.

Natatio: *Natatio* edo estalperik gabeko pizina; eguraldi ona egiten zue nean bainatzen zen jendea bertan.

Bestelako gelak: Termetan, orobat, masajerako gelak ziren, non jendeak olio usainduneko igurtzialdia hartzeko aukera zuen. Horietaz gainera, beste hainbat gune izan ohi ziren: ariketa fisikorako patioa (*palestra*), komunak, kultura-guneak, lorategiak, liburutegiak, etab.