

# Povijest antičke masaže i prikaz Projekta revitalizacije i rekonstrukcije iste za potrebe antičkog scenskog prikaza: „Iz života rimskih terma,„ naselja Aquae Iasae u Varaždinskim Toplicama

Spomenka Vlahović  
Zavičajni muzej Varaždinske Toplice  
spomenka.vlahovic@vz.t-com.hr

Primljeno: 28. 03. 2012.  
Prihvaćeno: 05. 12. 2012.  
Prethodno priopćenje /  
Preliminary communication  
UDK 615

## Sažetak

*Rad donosi detaljan opis revitalizirane rimske masaže iz Varaždinskih Toplica koja je prvi puta prezentirana 2011. godine u sklopu arheološkog lokaliteta u Varaždinskim Toplicama povodom „Aquafesta,„ a također i iste godine na IV. Rimskim igrama u Termama Ptuj. Revitalizaciju masaže, kao dio scenskog prikaza, izvela je u Termama Ptuj „Rimska skupina iz Aquae Iasae,„ koju su činili: ravnateljica Zavičajnog muzeja Varaždinske Toplice Spomenka Vlahović, muzejski tehničar pripravnik Karlo Ivanek, stručni medicinski kadar iz Specijalne bolnice za medicinsku rehabilitaciju Varaždinske Toplice Marina Horg viši fizioterapeut, Jadranka Vinković i Andreja Brleković fizioterapeuti te Dominik Pokos aromaterapeut. Za potrebe rimskog prikaza masaže provedeno je detaljno istraživanje u kojem je trebalo istražiti i definirati načine antičke masaže koje su koristili Rimljani u rimskim termama sa primjenom ljekovitih ulja, sitnog pijeska, prirodnog sapuna i upotrebom posebne strugalice poznate pod nazivom „strigil,„ kao i izrađenih, revitaliziranih komada odjeće koju su u termama odijevali rimski balneolozi, kapsuari i kupališni pacijenti. Ovaj projekt iz područja eksperimentalne arheologije Zavičajnog muzeja Varaždinske Toplice podržali su: Grad Varaždinske Toplice, Specijalna bolnica za medicinsku rehabilitaciju Varaždinske Toplice i Gradska vatrogasna zajednica Varaždinske Toplice, a veliki interes za prezentaciju istog pokazali su brojni mediji (novine, tv).*

**Ključne riječi:** rimska masaža, terme, ljekovita ulja, rimski sapun, strigil, pijesak, cirkulacija, balneolozi, kapsuari, kupališni pacijenti, arheološki lokalitet Aquae Iasae, termalna ljekovita voda, eksperimentalna arheologija

## Kratka povijest nastanka i razvoja antičke manualne masaže

Za potrebe Projekta revitalizacije rimske masaže u Varaždinskim Toplicama tijekom 2011. godine provedeno je *znanstveno i eksperimentalno istraživanje* u Zavičajnom muzeju Varaždinske Toplice s ciljem utvrđivanja povijesnog razvoja i nastanka antičke masaže kao i utvrđivanja medicin-

skih razloga za njezinu primjenu i korištenje u rimskim termama, a također i u svakodnevnom životu Rimljana. Na temelju izučavanja dostupne literature došlo se do vrlo zanimljivih podataka o povijesti masaže u grčko – rimskoj antici.

„Masaža je najstariji oblik liječenja, a izvodi se ručno ili pomoću aparata. Preko kože djeluje na mišićni, živčani i limfni sustav. Riječ masaža dolazi ili od latinske riječi „massare“, što znači gnječiti, ili od arapske riječi „mas“, što znači pritiskati. Riječ „massage“ upotrijebljena je prvi put u francuskoj literaturi, a upotrijebio ju je Lepage 1813. godine. Masaža ima dugu povijesnu tradiciju, pa se može reći da postoji otkada postoji čovjek. Čovjek instinktivno trlja bolni i otečeni dio tijela. Vrlo vjerojatno se masaža odavno upotrebljavala u liječenju, osobito kod raznih afekcija lokomotor-nog sustava. Podaci o masaži kao o sredstvu liječenja prvi put se pojavljuju otprilike 3000. godine pr. Kr., a provodila se u starih kultura Azije – Kineza i Indusa. ... Masažu su upotrebljavali i Egipćani, Asirci, Perzijanci, stari Grci i Rimljani kao metodu liječenja oboljelih i ozlijeđenih. Poznati liječnici Hipokrat i Galen preporučivali su masažu kao metodu liječenja. Znameniti rimski liječnik Galen primjenjivao je masažu za zagrijavanje. Prvi zapis o sportskoj masaži nalazimo u knjizi Rimljanina Oribasiusa iz 4. st. koji navodi: „Prije vježbanja treba udove masažom omekšati i ugrijati, poslije rada treba ih omlitaviti i umorne masažom osvježiti. „Princip vrije-di i još danas.“<sup>1</sup>

Otac klasične medicine liječnik *Hipokrat* početkom 5. stoljeća prije naše ere napisao je: „Liječnik mora imati iskustva u mnogim stvarima, a osobito u trljanju... Jer trljanje može učvrstiti zglob koji je prelabav i olabaviti zglob koji je prekrut.“<sup>2</sup> U grčko – rimskom svijetu masaža je bila vrlo popularna, liječnici su je često preporučivali kao dio zdravstvene zaštite, a uključivala je vježbanje i posebne mineralne kupke. U Rimu je tako tijekom vremena postala jedan od glavnih načina liječenja i otklanjanja boli.

Na temelju dostupne literature saznajemo kako su već oko 200. godine prije Krista u centar Rimskog carstva u grad Rim doselili grčki liječnici kao npr. liječnik *Asklepijad* iz Bitinije koji je već 91. pr. Kr. uspješno djelovao u Rimu. Isti liječnik zbog svog medicinskog znanja bio je ubrzo prihvaćen i u visokim rimskim društvenim krugovima, a tijekom liječničke karijere bio i osobni liječnik cara Marka Aurelija.<sup>3</sup> Liječnik *Asklepijad* metodu masaže

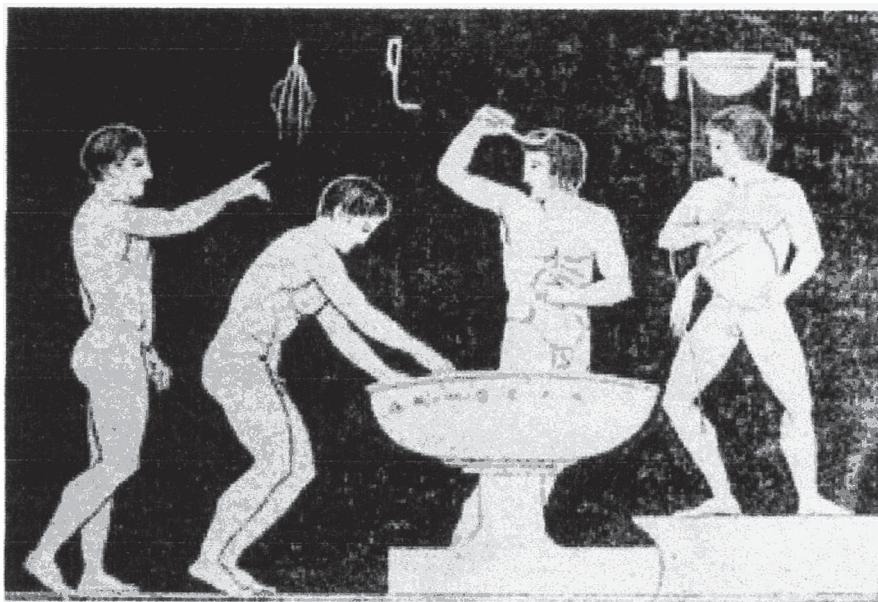
<sup>1</sup> Gordana GROZDEK, *Temelji medicinske masaže*, Hrvatska udruga fizioterapeuta Zagreb, 1998., str. 1.

<sup>2</sup> LIDELL, *Sve o masaži: istočne i zapadne tehnike*, L. & Thomas, London, 1989.

<sup>3</sup> Više o razvoju starorimske medicine: Mario WOKAUNN, Hrvoje MANENICA, „Medicina starog Rima“, U povodu izložbe rimskih medicinskih instrumenata u Arheološkom muzeju Narona u Metkoviću, *MEDICUS*, 19/2010, 241. - 249.

opisao je u svojem djelu koje se do današnjih dana nažalost nije uspjelo cjelovito očuvati. Fragmentarni dijelovi preneseni su od strane brojnih drugih antičkih autora. Spomenuti liječnik smatrao je, kako je masaža poseban oblik dodirivanja, trljanja tijela sa posebno ljekovitim učinkom. Kod pojave kroničnih bolesti smatrao je, kako bi masaža trebala biti jača i duža u trajanju, a kod pojave akutnih bolesti morala bi se provesti kod pacijenta u blažem obliku i kraćem trajanju. Držao je, da bi se metodom blagog gladenja pacijent trebao tako dugo obrađivati dok ne bi lagano utoenuo u san. Prilikom liječenja sa upotrebom tople i hladne vode preporučivao je tjelovježbu kao i upotrebu jednostavne hrane, vina i posta. Bio je mišljenja, da za uspješno izlječenje svi navedeni elementi utječu na pacijentovo stanje i ozdravljenje. U svojoj metodi izlječenja masažom rijetko je koristio lijekove, klistire ili rogove za puštanje krvi.<sup>4</sup>

Zbog vrlo uspješnog načina izlječenja masažom, rimski liječnici su u potpunosti prihvatili Asklepijadov opisani oblik masaže. Jedan od njegovih sljedbenika po imenu *Themison* prihvatio ju je kao priznati oblik liječenja, te na njegovom medicinskom temelju razvio kasnije svoju metodičku školu.



Slika 1. Upotreba hladne vode prema Asklepijadovom naputku ,  
(„Die Massage in der griechisch – römischen Antike,, VPT  
Hamburg Verband Physikalische Therapie)

<sup>4</sup> Liječnik Asklepijad imao je svoju uzrečicu koja je glasila: „Tuto celeriter iucunde“ u prijevodu: „Sigurno, brzo i ugodno,,.

Sačuvano literarno djelo o antičkoj masaži napisao je *Aulus Cornelius Celsius* pod naslovom „De medicina„. U prvom redu djelo je bilo namijenjeno stručnoj edukaciji rimskog stanovništva, a s druge strane imalo za cilj upoznati rimske građane s povijesti i metodama medicine kod starih Grka. U poglavlju knjige pod podnaslovom „Fricitio et gestatio“ Celsius se bavi temom antičke masaže kao i terapijom pokretima. Spomenuti liječnik govori o posebnom učinku izlječenja u slučajevima kombinacije masaže i korištenja ljekovitih ulja i posebnih pripravaka koji su se koristili za potrebe trljanja na koži. Smatrao je da bi se kod terapije masažom trebalo obuhvatiti cijelo ljudsko tijelo, posebice u slučaju kada se osoba osjeća iscrpljeno i loše, a na pojedinim mjestima onda kada su oštećeni samo ti dijelovi tijela. U svojoj terapiji masažom odredio je broj potrebnih radnji rukom (tzv. manualna masaža). Broj pokreta rukom smatrao je, trebao bi se odrediti prema pacijentu i njegovom zdravstvenom stanju individualno, a kod muškaraca ili žena koji se osjećaju slabo trebalo bi u postupku rada izvesti 50-ak trljanja. Kod muškaraca koji su jači trebalo bi prema njegovoj preporuci izvesti do 200 trljanja.

Oblik masaže kao sredstvo za izlječenje preporučivao je kod pojave depresija, vodene bolesti, epilepsije, raznih oblika oduzetosti tijela, reumatskih oboljenja kod pojave različitih stanja sa pojavom temperature i žutice.

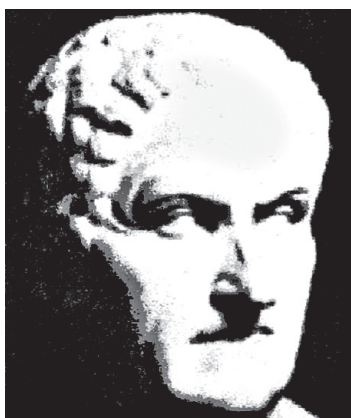


Slika 2. Portret liječnika Celsiusa ,  
(„Die Massage in der griechisch – römischen Antike„,  
VPT Hamburg Verband Physikalische Therapie)

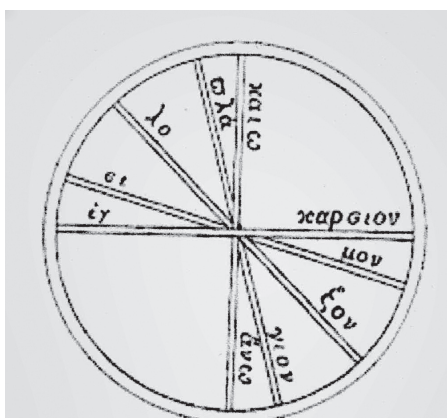
Sljedeći liječnik koji se bavio metodom izlječenja putem masaže bio je grčki liječnik *Galen* (grčki *Galenos*) rođen u Pergamonu 130. pr. Kr. Danas se njegov medicinski opus smatra vrhuncem lječilišne prakse grčko – rimskog svijeta, a temelji se na Hipokratovom učenju. Tijekom svoje medicinske prakse radio je kao liječnik gladijatora i običnih ljudi. Godine 162. dolazi u grad Rim gdje prakticira medicinu, poučava ljudsku i životinjsku anatomiju i filozofiju. Danas je u svijetu poznat kao autor brojnih filozofskih, lingvističkih, i medicinskih studija. Kao znanstvenik i liječnik bio je u svoje vrijeme

izuzetno cijenjen u rimskom stanovništvu, a poznata je povijesna činjenica kako je kao vrsni liječnik radio i na rimskom carskom dvoru.

Njegova medicinska praksa i metoda masaže temeljila se na prihvaćanju Hipokratove pretpostavke o prirodi kao lijeku tzv. „vis medicatrix nature„ koju bi svaki liječnik trebao podržavati i cijeniti. Galenova nauka o antičkoj masaži opisana je u višedjeljnom djelu pod nazivom „De sanitate tuenda“ u kojem je Galen opisao svoju masažnu tehniku i popratna znanja za očuvanje ljudskog zdravlja. Tako je opisao etiku dijete, fizioterapiju, a posebno se posvetio opisu tehnike masaže. U svojoj teoriji i praksi medicinsku pažnju posvetio je tzv. masažnim smjerovima, kao i jačini i količini manipulacije rukom prilikom izvođenja masaže.



Slika 3. Portret liječnika Galena, („Die Massage in der griechisch – römischen Antike„, VPT Hamburg Verband Physikalische Therapie)



Slika 4. Prikaz Galenovih masažnih smjerova za manualnu masažnu metodu, („Die Massage in der griechisch – römischen Antike„, VPT Hamburg Verband Physikalische Therapie)

Držao je, da se kod izvođenja pokreta rukom po određenom dijelu ljudskog tijela velika pažnja mora posvetiti tehničkom izvođenju određenih smjerova kao npr. izvođenje smjera rukom ravno, križno, ukoso itd. Njegova liječnička preporuka bila je, da se jačina manualne masaže mora uskladiti s prethodno dobivenim podacima o stanju tkiva pacijenta. Tako je kod pacijenta s grubom kožom preporučivao nježnu i blagu masažu, dok se kod pojave slabe i mekše kože trebala izvesti masaža s jačim trljanjem i jačim pokretima rukom. I ovaj antički grčki liječnik posebnu pažnju posvetio je broju izvedenih pokreta rukom na pacijentu. Broj pokreta kod Galenove masažne metode odgovarao je broju propisanih pokreta kod liječnika Celsiusa. Na temelju svojeg stručnog i znanstvenog rada te prakse, smatrao je kako se njegovom masažnom tehnikom tj. korištenjem brzih pokreta rukom, koji



slijede jedni iza drugih, kod pacijenata može smanjiti prekomjerni rad limfe, dok se kod izvođenja sporijih pokreta rukom u manjoj frekvenciji pospješuje rast kože i tkiva. Vjerovao je, da pokreti rukom u obliku milovanja/glađenja imaju učinak dobivanja mekog tkiva/kože, a jači koji sežu u dubinu kože i tkiva djeluju na glatkoću kože pacijenta. U svojem djelu navodi da se najbolji medicinski učinci kod korištenja njegove masaže mogu postići ako se ona izvodi rano ujutro i to u doba kada pacijent još nije doručkovao. Na temelju njegovog opažanja i prakse njegov bi se tip masaže da bi se postigao optimalan učinak trebao izvoditi u prostoriji gdje je temperatura zraka temperirana.

Liječnik Galen u svojoj medicinskoj praksi bavio se i s praktičnom primjenom prethodno opisanog tipa: „jače,“ i „slabe,“ masaže. U svom djelu daje preporuku kako bi se prvo, kad pacijent stigne na terapiju masažom, trebala skinuti njegova odjeća, zatim bi ju trebalo odložiti na predviđeno mjesto, i tek tada krenuti na postupak trljanja tijela i to ne prejako koristeći vunene tkanine. Kada bi tijelo na taj način bilo dovoljno zagrijano i kad bi pacijentova koža lagano poprimila crvenkastu boju, trebalo bi na nju staviti malo ljekovitog ulja. Tek tada bi se trebala izvesti masaža ne prejakim niti ne prenježnim pokretima rukom. Kod slučajeva mlađih muškaraca, trljanje bi se trebalo izvesti nešto jače, ali bi se također trebalo odvijati u svim smjerovima koje on preporučuje. Nakon takvog oblika rehabilitacije pacijent bi se trebao podvrgnuti tzv. „izvođenju umjetničkih pokreta,“ čime bi se postiglo pucketanje zglobova. Nakon toga pacijent bi trebao izvesti preporučenu tjelovježbu. Prema Galenu bilo bi dobro kada bi pacijenta moglo masirati više masera istovremeno, a tom prilikom bilo bi također preporučljivo da se disanje i aktiviranje prsnog koša stavi pod određenu kontrolu na način da se kod pacijenta na položaju prsnog koša omota tkanina kako bi se postigao učinak povećanja napetosti i oslobađanja svih nakupljenih štetnih sastojaka u tijelu.<sup>5</sup>

Liječnik Galen, je osim prethodno opisane manualne masažne tehnike u svojem načinu liječenja, koristio i tzv. flagelaciju.<sup>6</sup> Radi se o vrsti terapije s izvođenjem ciljanih i uzastopnih udaraca o tijelo. U postupku se koriste posebne drvene udaraljke ili jednostavna šiba kojom se „udarao/bičevao,“ onaj dio tijela koji je bio mršaviji s ciljem da se njega potakne na bolji rast tkiva ili da se opisanim postupkom dovede do boljeg izgleda i u što bolju formu.<sup>7</sup>

<sup>5</sup> GALENOS, *Galenos Gesundheitslehre, Die Werke des Gallenos*, sv. 1., knjiga 1-4, Stuttgart, 1939. ili Georg WÖHRLE, *Galens Gesundheitslehre, Studien zur Theorie der antiken Gesundheitslehre, Zeitschrift für klassische Philologie, Einzelschriften*, Stuttgart, 56/1941.

<sup>6</sup> Flagelacija, lat. flagellatio – bičevanje; u doba rimske civilizacije Rimljani su postupak flagelacije koristili bez liječničke upute ili stručnog nadzora, poznat je bio i kao poseban oblik afrodisijaka. Kasnije tijekom povijesti podaci govore kako su se pojedini članovi katoličke crkve tijekom 17. i 18. stoljeća znali javno bičevati radi kazne za počinjene grijeha, op. a.

<sup>7</sup> <http://northstartherapiees.co.uk/morgenmassage.aspx> (13. 02. 2012.), *Massage Therapy through the Ages*, str. 1- 8.



Slika 5. Prikaz pacijenata omotanih tkaninom za potrebe tjelesne regulacije i masažne terapije („Die Massage in der griechisch – römischen Antike,, VPT Hamburg Verband Physikalische Therapie)

Poznato je kako su u Galenovo doba liječnici koristili razne ljekovite pripravke i sredstva u terapiji masažom. U dostupnim izvorima nalazimo podatke kako su liječnici, maseri i robovi u termama koristili tijekom masaže rukavice od vune, prirodnu spužvu ili lanene tkanine za koje su smatrali da pospješuju učinak masažnog postupka, a u grčkoj i rimskoj kulturi ljudi su nakon napornih tjelovježbi i gimnastičkih natjecanja koristili tzv. strigil metalnu strugalicu pomoću koje su sa svoje kože skidali znoj i razne nečistoće.

Jedan od Galenovih istovremenika liječnik *Antyllos* autor djela: „O ljekovitim sredstvima,, donosi podatak kako su maseri tijekom odvijanja terapije koristili sodu, cvijet salitre, sol, prosijanu zemlju, pijesak i kamen plavac s ciljem otvaranja pora na koži.<sup>8</sup> Tijekom primjene navedenih sredstava moglo je doći do nadraživanja kože. Problem su ublažavali i rješavali korištenjem i nanošenjem na kožu ječmene kaše, soka od cikle ili blitve, raznih voćnih sokova, biljke mlječike, zatim različitog bobičastog voća kao

<sup>8</sup> Kamen plavac ili plavućac u njemačkoj literaturi nalazi se pod nazivom Bimsstein; posebna je vrsta kamena koja je u termama služila za potrebe struganja kože na tijelu, pomoću njega Rimljani su uklanjali stare slojeve kože i kožu trljanjem činili estetski ljepšom i zdravijom, više o kamenu plavcu vidi u: *Der Bimsstein zur schönenden Hornhautentfernung*, [www.paradisi.de/ausdrucken.php?artikel=7089](http://www.paradisi.de/ausdrucken.php?artikel=7089), (8. 02. 2012.), op.a.

i ječmenog brašna i sumpora. U doba antike maseri su u većini slučajeva bili robovi ili profesionalni maseri tzv. tractatores.<sup>9</sup> Antički „tractatores“, bavili su se raznim metodama liječenja, ali i pružali uslugu masaže. Poznato je da su osim navedenih terapiju masažom prakticirale i profesionalne maserke koje su radile i kao primalje. Proces masaže u antičko vrijeme mogao se odvijati u sklopu bogatih rimskih kuća ili vila, ali i u sklopu javnih rimskih terma koje su mogli koristiti ostali građani Rimskog carstva. Na temelju brojnih arheoloških istraživanja i dobivenih podataka na području Rimskog carstva potvrđena je činjenica da su Rimljani raspolagali s velikim količinama vode u tekućem obliku. Isto tako bili su u stanju upravljati s vrlo kompliciranim i detaljno izgrađenim vodovodnim sustavom, ali i posebnim rezervoarima u kojima su istu sakupljali te vodovodnim sustavom distribuirali u bazene gdje se voda mogla koristiti u hladnom, mlačnom ili toplom obliku u sklopu bazena u izgrađenim termama. Iz dostupne literature zna se kako su koristili i posebnu mješavinu koju su nazvali „sapo“, a sastojala se od svinjske masti, pepela i raznog ljekovitog bilja. Prvotno su ovu masu koristili za potrebe bojanja kose dok su je kasnije tijekom vremena koristili i za pranje tijela i odjeće. Istraživači smatraju kako su Rimljani sapun preuzeli tijekom povijesti od Gala i Germana, a poznato je da su koristili i urin kao sredstvo za čišćenje odjeće. Grčki liječnik *Dioskurid* iz 2. polovice 1. st. nakon Krista donosi podatak kako su Grci za potrebe čišćenja i pranja tijela upotrebljavali poseban korijen biljke poznate pod nazivom „sapunika“.<sup>10</sup>

U 4. st. nakon Krista pisac *Theodorus Priscianus* donosi informaciju kako su pomoću „sapuna“, tzv. saponariusu prali glavu i kosu.<sup>11</sup> Vezano uz povijest nastanka sapuna pisac *Plinije* donosi podatak da su Gali izumitelji sapuna i kako su ga prvotno koristili ne kao „sredstvo za pranje“ već kao „sredstvo za uljepšavanje“, i bojanje kose. Po njemu su Rimljani sapun

<sup>9</sup> Više o antičkoj masaži i tzv. tractatores vidu u: R. J. FORBES: *Studies in ancient technology*, Volum 8.

<sup>10</sup> Ljekovita biljka sapunika ili slinarica poznata i kao „saponaria officinalis“, zeljasta je trajnica koja u zemlji razvija debeli podanek tj. korijen koji je sa vanjske strane crvenosmeđe boje, a sa unutrašnje žute. Biljka naraste do desetak centimetara, ima duguljaste listove, na vrhu stabljike obično se nalaze bijeli ili blijedožuti mirisni cvjetovi. Biljka cvate od lipnja do rujna. Njezin sok je slinav i ima mogućnost pjenjenja poput sapuna. Raste po živicama, uz riječne obale, po pješćanim sprudovima ili uz šumske putove. Poznato je, da se biljka može koristiti i u obliku čaja za liječenje kašlja, a ako se izmiješa sa čajem od kamilice može koristiti i za djelomične kupke ili obloge u liječenju kožnih gljivičnih oboljenja. U literaturi se spominje kako su i kasnije tijekom povijesti siromašni redovnici upravo tom biljkom prali svoje rublje. Danas je znanstveno potvrđeno da njezini sokovi sadrže fungicidno djelovanje. Više o upotrebi ljekovitog bilja vidi u: Pater J. MARČINKOVIĆ: *Božja biljna ljekarna*, Školska knjiga, Zagreb, 2001.

<sup>11</sup> Više o čišćenju tijela i sredstvima za čišćenje u antici vidu u: E. BRÖDNER: *Die Römischen Thermen und das antike Badewesen, Eine kulturhistorische Betrachtung*, Darmstadt, 1983 ili M. WEBER: *Antike Badekultur*, München, 1996.



najprije koristili dugo vremena u medicini, za potrebe održavanja kose i kao sredstvo za bojanje. Plinije opisuje dvije vrste sapuna „mekši, i „tvrđi, ovisno od kakvog materijala je bio izrađen. U svom djelu pod nazivom „Martial (3,43,1), donosi podatak, kako je germanski sapun posebno bio pogodan za bojanje kose, a bio je dostupan u obliku kuglica, a moglo ga se dobiti u svijetloj ili crvenkastoj boji.<sup>12</sup> Rimljani su kosu bojili u svjetloplavu (flavus) ili smeđkaste tonove za koje su koristili ekstrakt ljuske oraha, dok su za crnu kosu upotrebljavali sok i listove akacije. Znanstveno je potvrđeno, da su Rimljani s velikom sigurnošću sapun kao sredstvo za pranje koristili već od 2. st. nakon Krista. Posebno cijenjene u doba antike bile su vrste mirisnog sapuna koje su u sebi sadržavale mirisne esencije raznog cvijeća i ljekovitog bilja.<sup>13</sup>

### **Revitalizacija s rekonstrukcijom antičke manualne masažne tehnike u Varaždinskim Toplicama u 2011. godini**

Tijekom mjeseca srpnja 2011. godine Zavičajni muzej Varaždinske Toplice pokrenuo je zanimljiv projekt iz područja *eksperimentalne arheologije* i *antičke medicinske masažne tehnike* s ciljem prezentacije bogate antičke povijesti antičkog lokaliteta i naselja poznatog pod nazivom Aquae Iasae za potrebe izvedbe revitaliziranog scenskog prikaza pod naslovom „*Iz života rimskih terma*„ na IV. Rimskim igrama u Termama Ptuj od 20. - 21. kolovoza 2011. godine. Na temelju službenog odobrenja Specijalne bolnice za medicinsku rehabilitaciju Varaždinske Toplice i ravnatelja gospodina Damira Mihalića, te uz stručnu potporu i pomoć medicinskog kadra spomenute bolnice iz Varaždinskih Toplica i specijalizirane - radne grupe koja se sastojala od: Marine Horg višeg fizioterapeuta, Jadranke Vinković i Andreje Brleković fizioterapeuta, Dominika Pokosa aromaterapeuta, muzejskog vježbenika Karla Ivaneka i ravnateljice Muzeja Spomenke Vlahović. Spomenuti stručni tim izradio je na temelju provedenih istraživanja, konzultacija povijesnih izvora, literature kao i uspješno provedenih eksperimenata antičke manualne medicinske masažne tehnike u Varaždinskim Toplicama

<sup>12</sup> Glasoviti rimski znanstvenik Plinije bio je poznat po tome što su ga maseri redovito trljali kako bi mu olakšali astmu, a Julija Cezara koji je bolovao od epilepsije maseri su pritiskali po cijelom tijelu kako bi mu se olakšala neuralgija i glavobolja, op.a.

<sup>13</sup> U 11. stoljeću arapski liječnik i filozof Avicena u svom djelu pod nazivom „Kanon,“ zapisao je: „Kako je cilj masaže da rasprši istrošene tvari u mišićima koje nisu izbačene vježbama.“ U srednjem vijeku masaža se nije prakticirala zbog poticanja tjelesnog zadovoljstva, interes za nju javlja se ponovo u 16. st. kod francuskog liječnika Ambroisea Parea. U 19. st. Per Henrik Ling u Švedskoj na temelju vlastitog znanja razvija poseban oblik masaže tzv. „švedsku masažu“ koja se temelji na znanjima i praksi kineskih, egipatskih, grčkih i rimskih masažnih tehnika. Tek 1813. g. masaža se kao „manuelna medicinska tehnika izlječenja,“ uvodi u sklop nastavnog programa na sveučilište u Stockholmu i širi na područje Evrope.

mogući izgled i tijek rekonstrukcije antičke manualne masažne tehnike koja se tijekom antike izvodila u sklopu antičkog naselja i terma spomenutog arheološkog lokaliteta u Varaždinskim Toplicama. Nakon provedenog stručnog istraživanja povijesti antičke masažne tehnike, običaja i elemenata vezanih uz rekonstrukciju i revitalizaciju rimske antičke masaže, stručni tim usuglasio je stavove i prišao definiranju konačnog izgleda rimske masažne tehnike. Scenskim prikazom nastojalo se demonstrirati sljedeće rimske masažne metode: *trljanje*, *gnječenje* i *gladenje*. Rimske masažne metode u revitaliziranom scenskom prikazu prikazao je cijeli tim prethodno spomenutih stručnjaka tzv. balneologa, kapsuarija i pacijenata. Iz pisanih izvora poznato je kako su u rimskim termama radili tzv. balneolozi, liječnici koji su na temelju pregleda pacijenata definirali i preporučivali potreban masažni postupak. U termama su također radili i tzv. kapsuariji koji su bili posebna pomoćna radna snaga. Poznato je, da su vodili brigu o bolesnicima i često radili u obližnjim ljekovitim vrtovima iz kojih bi Rimljani dobivali posebna ljekovita ulja, tinkture i sl. sve što su koristili u masažnom postupku. Cijeli tijek masažnog revitaliziranog postupka za arheološki lokalitet Aquae Iasae revitaliziran i rekonstruiran je na temelju sačuvanih arhitektonskih ostataka rimskih terma iz 4. st. Spomenuti arheološki prezentirani građevinski ostaci terma sastoje se od: "Tzv. apoditerija – negrijane svlačionice, tzv. frigidarija - hladne kupelji, tepidarija – srednje grijane prostorije u funkciji toplog prolaza, tj. prolaskom kroz nju kupališni gost lagano bi se navikao na razliku temperature prilikom ulaska u tzv. kaldarij koji je bio korišten kao vrlo jako ugrijana prostorija s toplim bazenom i sudatorija – manje prostorije u funkciji rimske saune.",<sup>14</sup>

„Kupališni postupak započeo bi u kupališnoj bazilici u kojoj bi se Rimljani okupili, družili i relaksirali prije ili poslije kupanja. Iz kupališne bazilike kupališni pacijent bi ušao u prostor svlačionice tzv. apoditerij. U njemu bi ga dočekaao kapsuari koji bi se pobrinuo za skidanje odjeće i uputio bi kupače u prvi polukružni bazen s hladnom vodom. Kupač bi u bazenu sjedio i polijeavao se hladnom vodom. Nakon toga kapsuari bi ga uputio u topli prolaz koji je imao funkciju da se tijelo kupača lagano zagrije i da se pripremi za kasniji boravak u sauni tzv. sudatoriju. Kupač bi se u sauni zagrijanoj putem strujanja toplog zraka oznojio, a time bi se u organizmu potaknulo izlučivanje štetnih tvari. Na kraju tretmana bio bi upućen u mali bazen s vrućom vodom tzv. kaldarij. Nakon kupanja pacijent bi po napatku balneologa tj. liječnika mogao uživati u antičkoj manualnoj masaži koja je

<sup>14</sup> S. VLAHOVIĆ, Osnovni tipovi rimskih terma i terme iz Varaždinskih Toplica, *Zbornik radova znanstveno- stručnih skupova Ogranak Matice hrvatske 2004.-2006.* (gl. ur. Božena Filipan), Varaždinske Toplice: Matica hrvatska – Ogranak Varaždinske Toplice, 2007., str. 42 – 53.

najstariji poznati oblik liječenja i otklanjanja boli.,<sup>15</sup> Nakon pročitano­g i uprizorenog teksta, članovi tima iz Varaždinskih Toplica uživo su prikazali masažu metodom trljanja, gnječenja i glađenja. Tijekom izvođenja prikaza u Ptuju toplički balneolozi i kapsuariji koristili su ljekovita ulja od: lovora, ružmarina, lavande i kamilice. Postupkom masaže prikazali su dobivanje bolje cirkulacije i smanjivanje napetosti cijelog tijela pacijenta. Nakon izvedenog masažnog postupka prikazan je i u potpunosti rekonstruiran i revitaliziran prikaz skidanja ulja i nanašanje sitnog pijeska na kožu za potrebe abrazije kože tijela pomoću posebne vrste strugalice tzv. strigila. Nakon izvedene masaže kapsuari i maseri prikazali su i nanašanje posebnog tzv. „mekog sapuna,“ koji se nježno nanosio na tijelo pacijenta, a koji je također bio revitaliziran na temelju povijesnih podataka iz literature i ručno izrađen u muzejskim prostorijama Zavičajnog muzeja Varaždinske Toplice od ljekovite biljke tzv. sapunike. Ovu biljku članovi scenske grupe otkrili su u okolici Varaždinskih Toplica na obližnjim livadama u dolini rijeke Bednje. Tijekom izrade sapuna u smjesu su dodani različiti dodaci kao npr. sitni pepeo, svinjsko salo i usitnjeni cvjetovi lavande za miris. Strugalice tzv. strigile na temelju crteža s popratnim uputama prema stručnim smjernicama muzejskog arheologa uspješno je ručno revitalizirao i rekonstruirao gospodin Bujanec, bravar iz sela Škarnika kraj Varaždinskih Toplica. Svi učesnici u scenskom prikazu bili su odjeveni u revitalizirani oblik rimske odjeće koja je izrađena od lana, kao i potrebni ručnici koji su se koristili tijekom izvođenja scenskog prikaza. Nakon nanašanja „rinskog sapuna,“ tijelo pacijenta bilo je isprano pomoću ljekovite termalne topličke vode. Pri samom završetku prikaza kapsuariji su pacijente ponudili ljekovitom termalnom topličkom vodom koja je bila ponuđena u replikama rimskih čaša.

Službena demonstracija topličkog tima privukla je pozornost velikog broja posjetitelja u Termama Ptuj, a postavljena su i brojna pitanja na temu revitalizacije liječenja masažom, o životu u rimskim termama i sl. Brojni kupaći i gosti ovog poznatog slovenskog kupališta imali su tog dana i mogućnost da isprobaju postupak masaže na sebi, što je bila prava atrakcija za sve prisutne pa i same članove tima iz Aquae Iasae. To je dokaz kako se teme iz prošlosti mogu kvalitetno primijeniti i u sadašnjosti, posebno u muzejsko – turističke i promidžbene svrhe.

---

<sup>15</sup> Odlomak iz scenskog prikaza, „Iz života rimskih terma,“, 2011., Zavičajni muzej Varaždinske Toplice, muzejska arhiva projekta revitalizacije i rekonstrukcije rimske masažne tehnike.



Slika 6. Rimska skupina iz Aquae Iasae na IV. Rimskim igrama u Ptujju  
(Foto: Zavičajni muzej Varaždinske Toplice 2011.)



Slika 7. Balneolozi tijekom prikaza rimske masaže u Ptujju  
(Foto: Zavičajni muzej Varaždinske Toplice 2011.)



Slika 8. Medicinski stolić za potrebe rimske masaže sa  
strigilima, pijeskom, rimskim sapunom i ljekovitim  
uljima (Foto: Zavičajni muzej Varaždinske Toplice 2011.)

## Zusammenfassung

### Geschichte der antiken Massage und die Darstellung des Projekts der Revitalisation und Rekonstruktion derselben für die antike szenische Darstellung „Aus dem Leben der römischen Thermen“, der Siedlung von *Aquae Iasae* in *Varaždinske Toplice*

*Die Arbeit bringt eine detaillierte Beschreibung der revitalisierten römischen Massage aus *Varaždinske Toplice*. Die war zum ersten Mal in 2011 im Rahmen des archäologischen Komplex von *Aquae Iasae* im Anlass des „Aquaefests“ und in denselben Jahr auf den IV. Römischen Spielen in den Thermen Ptuj der Öffentlichkeit vorgeführt. Als Teil der szenischen Revitalisation der Massage haben sie in den Thermen Ptuj folgende Mitglieder der „Römischen Truppe“ aus *Aquae Iasae* dargestellt: die Leiterin des Heimatmuseums *Varaždinske Toplice* Spomenka Vlahović, Museums Praktikant Karlo Ivanek, Fachkräfte des Speziall Krankenhaus für medizinische Rehabilitation *Varaždinske Toplice* Marina Horg höhere Physiotherapeutin, Jadranka Vinković und Andreja Brleković Physiotherapeutinnen, und Dominik Pokos Aromatherapeut. Für die römische Darstellungszwecke der Massage wurde eine detaillierte Untersuchung durchgeführt. Der Grundziel war die Untersuchung und die Definierung der antiken Massagearten mit der Anwendung von Heilölen, feinkornigem Sand, Naturseife und der Nutzung des besonderen Schabeisen der unter dem Namen *Strigilis* bekannt ist, als auch den selbst gemachten revitalisierten Kleidungsgegenständen die in den römischen Thermen die *Balneologen*, *Capsuaren* und *Badepatienten* getragen haben und die auch die Römer in den römischen Thermen in *Aquae Iasae* benutzt haben.*

*Das Projekt aus dem Bereich der experimentalen Archäologie des Heimatmuseums *Varaždinske Toplice* haben die Stadt *Varaždinske Toplice*, Speziall Krankenhaus für medizinische Rehabilitation *Varaždinske Toplice* und der städtische Feuerwehrverein *Varaždinske Toplice* unterstützt. Das grosse Interesse für die Presentation haben auch viele Medien (Presse, Fernsehen) gezeigt.*

**Schlüsselworte:** *römische Massage, Thermen, Heilöle, römische Seife, Strigil, Sand, Zirkulation, Balneologen, Capsuarius, Badepatient, archäologische Komplex *Aquae Iasae*, Heilthermalwasser, experimentale Archäologie*



DRUŠTVO POVJESNIČARA GRADA VARAŽDINA  
I VARAŽDINSKE ŽUPANIJE

---

UDK 94(497.5-37Varaždin)  
ISSN 1848-0837

**HISTORIA VARASDIENSIS  
ČASOPIS ZA VARAŽDINSKU  
POVJESNICU**

2



VARAŽDIN, 2012.

**Nakladnik / Publisher**

Društvo povjesničara grada Varaždina i Varaždinske županije

**Za nakladnika / For the Publisher**

Spomenka Težak

**Uredništvo / Editor's board**

Sonja Poljak (Ivanec)	Magdalena Lončarić (Varaždin)
Vladimir Huzjan (Varaždin)	Ivan Obadić (Zagreb)
Suzana Jagić (Ivanec)	Spomenka Težak (Varaždin)
Ivančica Jež (Ludbreg)	Hrvoje Petrić (Zagreb)
Siniša Krznar (Zagreb)	Kruno Sudec (Varaždin)

**Kontakti Uredništva / Editor's office**

Franjevački trg 6, 42 000 Varaždin; tel/fax. 042/658 762;  
e-mail: historiavarasdiensis@gmail.com

**Glavni i odgovorni urednici / Editors in Chief**

dr. sc. Hrvoje Petrić, MSc Ivan Obadić

**Savjet časopisa / Journal's council board**

dr. sc. Juraj Belaj (Zagreb), dr. sc. Neven Budak (Zagreb), dr. sc. Dragutin Feletar (Koprivnica), mr. sc. Ernest Fišer (Varaždin), PhD Zoltán Gőzsy (Pečuh), dr. sc. Željko Holjevac (Zagreb), Siniša Horvat, prof. (Varaždin), dr. sc. Andrej Hozjan (Maribor), Damir Hrelja, prof. (Varaždin), dr. sc. Mira Kolar-Dimitrijević (Zagreb), Miroslav Klemm, prof. (Varaždin), dr. sc. Nevenka Krklec (Varaždin), dr. sc. Mirjana Matijević-Sokol (Zagreb), dr. sc. Janko Pavetić (Varaždin), prof. emeritus Franjo Ruža (Varaždin), akademik Franjo Šanjek (Zagreb), Marina Šimek, prof. (Varaždin), mr. sc. Eduard Vargović (Varaždin), PhD Leopold Toifl (Graz)

**Grafički urednik / Graphic editor**

Kruno Sudec

**Urednik na Portalu znanstvenih časopisa Republike Hrvatske "Hrčak"/  
Journal editor at "Hrčak" - The Portal od scientific journals of Croatia**

Dejan Zadro

**Naklada / Copies**

300

**Priprema i tisak / Layout and Print**

Tiskara Zelina d. d. - Sv. Ivan Zelina

Časopis izlazi jednom godišnje. Cijena primjerka iznosi 100 kuna.

Časopis se objavljuje novčanom potporom Grada Varaždina,  
Bernarde Nova d. o. o. i TMT Čakovec

Korice: Freska s prizorom dvanaestogodišnjeg Isusa koji raspravlja s pismoznancima u hramu. Južni zid svetišta crkve sv. Marije u Lepoglavi. Ivan Ranger, oko 1742. godine.

Fotografija freske i likovni koncept korica: Kruno Sudec

Priprema korica za tisak: Studio Fotak