# 什么是休浴？在古代人们对洗澡有多重视？

来源：网络 作者：倾听心灵 更新时间：2024-09-15

*沐浴在我国有着3000多年的悠久历史,接下来小编带你详细了解历史真相，一起看看吧!　　对于如今的我们而言，很多人都是爱干净的，因此经常会洗澡，多的时候一天可以洗上几次，少的时候两三天也必定会洗一次澡。但是在中国古代的时候，社会环境不允许...*

　　沐浴在我国有着3000多年的悠久历史,接下来小编带你详细了解历史真相，一起看看吧!

　　对于如今的我们而言，很多人都是爱干净的，因此经常会洗澡，多的时候一天可以洗上几次，少的时候两三天也必定会洗一次澡。但是在中国古代的时候，社会环境不允许的条件之下，人们并不会这么做。

　　那么，很多人便会产生疑问，古人几天洗一次澡呢?对于整个问题，研究者给出了答案，官员们大概每5天会洗一次澡，甚至还会因为洗澡而放一天的假，这便是“休浴”。

　　对于“洗澡”二字，古人在《说文解字》里是这么解释的“洗，洒足也”、“澡，洒手也”，也就是说，如今我们眼中的洗澡，其实在古代的时候也不过是洗手洗脚罢了。

　　而在当时，代表洗澡二字的便是“休浴”了。对于“休浴”二字，《说文解字》中是这样写的“沐，濯发也”、“浴，洒身也”，也就是说，只有把“洗澡”和“休浴”一起加起来的话，才是我们如今真正意义上的洗澡。

　　而在古代的时候，休浴洗澡一直被认为是一件大事情，最为典型的例子便与孔子有所关系。在两千多年之前，孔子突然在某一天来事了兴致，并开始挨个问几个弟子他们未来的志向。

　　有人说道“我要在沂水里沐浴，到舞雩台上吹风，然后唱着歌儿回家。”孔子听了之后，称手拍快，然后说道：“浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。”通过孔子的态度不难看出，其对休浴之事是十分看重的，也可以看出休浴对当时之人的重要性。

　　白居易对洗澡这件事，还写过诗 “今朝一澡濯，衰瘦颇有余”。《礼记·内则》中还有这样的介绍：“男女夙兴，沐浴衣服，具视朔食”以及“五日，则燂汤请浴，三日具沐，其间面垢，燂潘请靧;足垢，燂汤请洗。”

　　后面这句话的意思是说，作为一个孝顺的晚辈，就要每五天烧一次水，为自己的父母洗澡，每三天就要为他们洗一次头，在这期间，倘若看到自己的父母脸脏了就要为他们洗脸，脚脏了就要为他们洗脚。

　　虽然这句话的主要内容是为了告诉人们要孝顺，但是这里面的时间却对我们有着很重要的意义，或许这就是古人洗澡的频率。而在古代的时候，官员的假期甚至被称为“休浴”。《初学记》云“汉律：吏五日一休沐，言休息以洗沐也。”也就是说，在汉代的时候，皇帝每五天给官员们放一天的假期，让他们回去洗澡休息。

　　到了唐代的时候，官员比较忙碌，于是“休浴”便改为了每十天休息一次。正是因为如此，“浣”还成了计时的单位，在那个时期，十天为一浣，这就类似于如今的“星期”。

　　免责声明：以上内容源自网络，版权归原作者所有，如有侵犯您的原创版权请告知，我们将尽快删除相关内容。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn