



„Það er bara andlegt og líkamlegt meðal að fara í sund.“

Upplifun sundgesta af laugarferðum og samanburður á einka- og almenningslaugum.

Katrín Snorradóttir

Lokaverkefni til BA-gráðu í þjóðfræði

Félagsvísindasvið



HÁSKÓLI ÍSLANDS

„Það er bara andlegt og líkamlegt meðal að fara í sund.“
*Upplifun sundgesta af laugarferðum og samanburður á einka- og
almenningslaugum.*

Katrín Snorradóttir

Lokaverkefni til BA-gráðu í þjóðfræði

Leiðbeinandi: Valdimar Tr. Hafstein

Félags- og mannvísindadeild

Félagsvísindasvið Háskóla Íslands

Júní 2013

Ritgerð þessi er lokaverkefni til BA-gráðu í þjóðfræði og er óheimilt að afrita ritgerðina á nokkurn hátt nema með leyfi rétthafa.

© Katrín Snorradóttir 2013

Reykjavík, Ísland 2013

Útdráttur

Ritgerðin fjallar um sundlaugamenningu á Íslandi þar sem sérstaklega er litið til þess hver sé helsti munurinn á einkalaugum og almenningslaugum. Rannsóknarspurning ritgerðarinnar er hver sé helsti munur á almennings- og einkalaugum og hvort fólk sækist eftir sömu upplifun og fari í sama tilgangi í almenningslaugar og í einkalaugar. Til að leita svara við spurningunni voru tekin tvö viðtöl við fastagesti almenningslauga og tvö við fastagesti einkalauga. Einnig var gerð þátttökuathugun í hvoru tveggja einka- og almenningslaug. Auk viðtala og vettvangsnótta var stuðst við greinar og bækur sem gefnar hafa verið út um sundiðkun, bæði innlendar og erlendar. Farið var yfir nokkra þætti sem tengjast sundi og laugum og þeir greindir eftir því hvort farið væri í einka- eða almenningslaug. Þessir þættir voru: andinn í lauginni, óskráðar og skráðar reglur sem gilda í lauginni, laugin sem samkomustaður, sundfólkið og siðir þess, afslöppun og hreyfing í lauginni. Niðurstöður rannsóknarinnar sýna að munurinn á einkalaugum og almenningslaugum byggir meðal annars á ólíkum hópum sem sækja laugarnar, þar sem fjöldi fólksins og tenging þeirra á milli er breytileg. Hóparnir hafa svo áhrif á flesta þætti sem snerta sundið svo sem félagslega virkni, anda lauganna, skráðar og óskráðar reglur og afslöppun í pottinum.

Efnisyfirlit

1	Inngangur	5
1.1	Aðferðafræði	6
1.2	Rannsóknarsaga.....	8
2	Sundlaugarnar	13
2.1	Sundlaugin í Borgarnesi.....	14
2.2	Sundlaugin á Sturlureykjum	14
2.3	Andinn og stemmingin	16
2.4	Hegðun – reglur	18
3	Selskapur í sundi	23
3.1	Laugin sem samkomustaður.....	23
3.2	Einkalaugin sem samkomustaður	27
3.3	Sundfólkið og siðir þess.....	29
4	Sund fyrir kroppinn	32
4.1	Afslöppun	32
4.2	Hreyfing	34
4.3	Laugar til forna og lækningar	36
4.4	Leikvöllur	38
5	Niðurlag	41
	Heimildaskrá	44

1 Inngangur

Það sem mér fannst einna skemmtilegast þegar ég byrjaði að læra þjóðfræði var hversu vítt efnissvið hennar er og hvað hún býður upp á mörg spennandi rannsóknarefni. Þegar kom að því að finna viðfangsefni til að fjalla um í þessari lokaritgerð voru möguleikarnir því margir, en valið um leið erfitt. Ég hafði fengið nokkrar ágætar hugmyndir, en engin var alveg nógu góð, það var eitthvað sem upp á vantaði. Ég var stödd heima hjá foreldrum mínum, sat í heita pottinum, horfði á stjörnuþakinn himininn og reyndi að slaka á til að fá einhverja hugljómun. Og hún kom – sundlaugarnar, heita vatnið, pottameningin, auðvitað skrifa ég um það.

Sundlaugamening Íslendinga er merkileg og hana má skoða frá mismunandi sjónarhornum. Nokkuð hefur verið skrifað um verkfræði og byggingarfræði sundlauga og um sunnið í sambandi við hreyfingu og íþróttir. Mig langar hins vegar að skoða lauga- og pottameninguna frá sjónarhorni þjóðfræðinnar og reyna þannig að komast að því hvað hvetur fólk á öllum aldri til þess að svamla í lauginni eða soðna í heita pottinum. Í heimildum frá fyrri tíð er á nokkrum stöðum minnst á laugarferðir Íslendinga, svo sem í Landnámu, biskupasögum, Íslendingasögum og í Sturlungu.¹ Þar er þess þó ekki nákvæmlega getið í hvaða tilgangi fólk gekk til laugar, en líklegt er að það hafi meðal annars verið að leita sér lækninga við ýmsum meinum, að sækja í heita vatnið á köldum vetrum, að baða sig og þrifa auk þess að njóta samveru við aðra. Menn hafa því snemma farið að sækja í vistina í vatninu og enn í dag er tilgangur þeirra sem sækja laugarnar margvíslegur.

Ég ákvað að beina athyglinni helst að fólkinu sem fer í laugarnar og hverju það sækist eftir, hvers vegna fólk fari í sund og hvað skapi stemmningu sundlauganna. Sú sundlaug sem ég hef sjálf stundað mest er heimasundlaug sem amma mín og afi, Guðjóna og Kristleifur, byggðu í garðinum hjá sér, á Sturlureykjum í Reykholtssdal í Borgarfirði. Laugin er einkasundlaug og hana stunda ábúendur á Sturlureykjum ásamt fjölskyldu og vinum. Ég hef líka stundað almenningslaugar, þó í minna mæli, og fór ég því að velta fyrir mér hvort einkasundlaugar og almenningsundlaugar hefðu ólíkt notagildi fyrir fólk sem þær

¹ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*, 39.

sækir. Er einhver munur á því að fara í einkalaug úti í garði eða almenningslaug fulla af fólki? Fer fólk í einkalaugina í öðrum tilgangi en í almenningslaugina? Helsta rannsóknarspurning þessa verkefnis er því hver sé helsti munur á almennings- og einkalaugum og hvort fólk sækist eftir sömu upplifun og fari í sama tilgangi í almenningslaugar og einkalaugar.

Í þessum inngangskafli ritgerðarinnar verður farið yfir aðferðina sem notuð var við rannsóknina og rannsóknarsaga sundlauga kynnt ásamt þeim gögnum sem höfð voru til hliðsjónar við rannsóknina. Í öðrum kafla ritgerðarinnar verður gerð grein fyrir þeim tveimur sundlaugum sem voru vettvangur rannsóknarinnar. Þar verður einnig skoðað hvað skapar stemmningu og anda lauganna og hvaða skráðu og óskráðu reglur gilda í laugunum. Í þriðja kafla verður félagsleg hlið sundlauganna skoðuð og hvernig laugin þjónar sem samkomustaður fyrir fólk. Í fjórða og síðasta kafla verður líkamleg hlið sundsins tekin til rannsóknar, þar með talin hreyfingin, afslöppunin og heilsubótin sem heimsókn í laugina getur falið í sér. Að lokum verða helstu niðurstöður rannsóknarinnar dregnar saman í niðurlagskaflanum og gerð verður grein fyrir frekari rannsóknarspurningum sem vert væri að leita svara við með þjóðfræðilegri nálgun.

1.1 Aðferðafræði

Í þessari rannsókn notaðist ég við eigindlega rannsóknaraðferð þar sem ég tók hálfopin viðtöl við fólk sem sækir sundlaugar að staðaldri auk þess sem ég gerði þátttökuathugun í hvoru tveggja einka- og almennings-sundlaug. Til þess að fá samanburð á upplifun fólks sem sækir einkalaug og almenningslaug ákvað ég að taka tvö viðtöl við gesti einkalauga og tvö við gesti almenningslauga. Þessar aðferðir valdi ég vegna þess að með því að taka hálfopin viðtöl við fólk sem þekkir og stundar sundlaugar reglulega, gefst færi á að spyrja spurninga um efnið og um leið gefa viðmælendum tækifæri til þess að ræða efnið nánar og bæta þannig við nýrri vitneskju eða fróðleik sem rannsakandi hefði ekki minnst á að fyrra bragði.² Þátttökuathugun er einnig góður kostur til þess að upplifa

² Yow, *Recording oral history*, 5.

stemninguna í lauginni frá fyrstu hendi og fylgjast þannig með fólkinu og því sem gerist í sundlauginni.³

Vegna tengingar minnar við sundlaugina á Sturlureykjum var nærtækast að hún yrði vettvangur rannsóknarinnar sem einkalaug. Sundlaugina þekki ég sjálf vel og ég taldi að ekki yrði erfitt að finna viðmælendur sem stunda hana að staðaldri, því á bænum eru þrjár fjölskyldur sem allar fara í laugina daglega. Til að halda mig innan héraðsins ákvað ég að skoða sundlaugina í Borgarnesi sem almenningslaug og ná tali af fólki sem sækir hana að staðaldri.

Ég fór í sund bæði á Sturlureykjum og í Borgarnesi og skrifaði upp það sem fyrir augu bar eftir minni upplifun. Þátttökuathuganirnar voru gerðar í janúar og febrúar 2013. Ég fór tvisvar sinnum í sund í hvora laug og skrifaði upp allt sem ég tók eftir og þótti athyglisvert og voru vettvangsglósur mínar um 7-10 blaðsíður eftir hverja heimsókn, eða samtals um 30 blaðsíður. Það var í fyrstu skritin tilfinning að fara í sund og reyna að vera meðvituð um allt sem var að gerast í kringum mig, en um leið að vera þátttakandi. Það vandist þó fljótt og reyndist jafnvel áhugaverðara en ég hafði búist við að fylgjast með fólkinu og hvernig það hegðaði sér í vatninu. Einn af kostum þátttökuathugana er að þær hjálpa til við túlkun annarra gagna og velta upp nýjum spurningum í sambandi við efnið sem verið er að rannsaka.⁴ Þetta var tilfellið hjá mér og strax í fyrstu heimsókn í sundlaugarnar fór ég að velta fyrir mér hlutum sem ég hafði ekki gert áður og nýjar spurningar kviknuðu.

Ég tók fjögur viðtöl við fimm viðmælendur í janúar og febrúar 2013. Viðmælendur voru allir fólk sem ég þekkti vel fyrir og hefur yndi og ánægju af því að fara í sund. Þrír þeirra stunda sundlaugina á Sturlureykjum reglulega og tveir stunda sundlaugina í Borgarnesi reglulega.

Ég byrjaði á því að taka sameiginlegt viðtal við foreldra mína, Snorra Kristleifsson og Vilborgu Pétursdóttur. Snorri er fæddur og uppalinn á Sturlureykjum í Reykholtssdal og tók þátt í að byggja sundlaugina, heita pottinn og baðhúsið þar, ásamt bræðrum sínum og foreldrum. Frá honum vonaðist ég til að fá upplýsingar um sögu laugarinnar og hans upplifun af henni í gegnum árin. Vilborg er frá Geirshlíð í Flókadal, sem er næsti dalur við Reykholtssdal, en býr núna á Sturlureykjum. Hún hefur líka margra ára reynslu af sundlauginni á

³ Dewalt, *Participant observation*.

⁴ Dewalt, *Participant observation*, 8.

Sturlureykjum og því taldi ég gagnlegt að heyra hennar upplifun af lauginni. Viðtalið við foreldra mína tók ég þann 3. janúar 2013 á heimili þeirra að Sturlureykjum og það var um 40 mínútur að lengd.

Næst tók ég viðtal við Ástríði Sigurðardóttur á Hvanneyri. Ástríður, sem alltaf er kölluð Ásta, er mikil sundkona og vann lengi sem sundlaugavörður í sundlauginni á Húsafelli. Hún býr á Hvanneyri og stundar sundlaugina í Borgarnesi reglulega. Vegna þessarar reynslu hennar fannst mér upplagt að spjalla við hana og heyra hennar upplifun af sundinu. Viðtalið við Ástu tók ég á heimili hennar á Hvanneyri á síðasta degi jóla, 6. janúar 2013. Viðtalið tók um 20 mínútur.

Fjórði viðmælandi minn var Kristleifur Jónsson. Kristleifur býr á Sturlureykjum og er barnabarn Kristleifs og Guðjónu, sem byggðu sundlaugina á Sturlureykjum. Líkt og ég ólst hann því upp við að fara í sundlaugina þar frá blautu barnsbeini. Í dag notar hann laugina mikið, en einnig fer hann oft í aðrar sundlaugar víða um land, meðal annars í Borgarnesi, og hefur hann því viðtæka reynslu af sundlaugum. Kristleifur er hress og skemmtilegur maður og brást hann mér ekki sem viðmælandi, en frá honum fékk ég ágætis upplýsingar um reynslu hans af sundinu, auk tilheyrandi skemmtisagna úr pottunum. Ég talaði við Kristleif á heimili hans að Sturlureykjum þann 12. janúar 2013 og viðtalið tók um 30 mínútur.

Fimmti og síðasti viðmælandi minn var María Lísbet Ólafsdóttir. Lísbet er frá Kalmanstungu í Hvítársíðu og hefur í gegnum tíðina verið mikill aðdáandi sundlauganna. Lísbet hefur síðustu ár búið á Hvanneyri og á þeim tíma hefur hún sótt sundlaugina í Borgarnesi nokkuð reglulega. Lísbet hefur einnig verið tíður gestur í sundlauginni á Sturlureykjum og líkt og Ásta, sem er móðir Lísbetar, hefur hún starfað sem sundlaugavörður við sundlaugina á Húsafelli. Vegna reynslu hennar fannst mér tilvalið að ræða við hana og fá hennar sýn á laugarar. Viðtalið við Lísbetu tók ég á Baldursgötu 30, þann 5. febrúar 2013 og tók það um 20 mínútur.

1.2 Rannsóknarsaga

Sundlaugarar og fólkið sem þær sækir er hægt að rannsaka frá ýmsum sjónarhornum. Þær rannsóknir sem ég hafði til hliðsjónar fyrir þetta verkefni snúa

að mestu að félagslegri hlið sundsins. Þessar rannsóknir eru bæði erlendar og innlendar, en áhugavert er að bera saman sundhefðina á milli landa, þar sem hún tekur mót af samfélaginu, menningu og aðstæðum á hverjum stað fyrir sig. Íslenska sundlaugamenningin er sérstök að mörgu leyti, meðal annars vegna þess hvað hér eru margar sundlaugar miðað við fólksfjölda og einnig að hér eru upphitaðar útilaugar, opnar allan ársins hring, þar sem skapast jafnan sérstök stemmning í heitu pottunum sem á sér jafnvel ekki hliðstæðu annars staðar.

Jeff Wiltse, prófessor í sagnfræði við háskólann í Montana, hefur rannsakað sögu sundlauga í norðurríkjum Bandaríkjanna frá lokum 19. aldar og fram á 21. öld, og gefið út í bókinni *Contested waters*⁵ sem kom út árið 2007. Wiltse fjallar aðallega um almenningslaugar, en einnig um einkalaugar þegar hlutverk þeirra hefur haft áhrif á almenningslaugarnar. Wiltse lítur til stéttaskiptingar og kynþáttaaðgreiningar innan Bandaríkjanna og hvernig hún kemur fram í notkun fólksins á laugunum, þar sem áður fyrr voru ýmis boð og bönn sett og skýrar reglur voru um hverjir máttu baða sig með hverjum. Wiltse talar um að áður fyrr hafi stéttaskiptingin í laugunum verið skýr, en í dag hafa sundlaugarnar frekar þau áhrif að jafna þessa skiptingu; hús, bílar, föt og önnur stöðutákn verða eftir þegar fólk kemur saman hálf bert í sundlaugunum.⁶ Fyrstu sundlaugarnar í Bandaríkjunum voru gerðar einna helst í þeim tilgangi að baða fólkið og reyna að auka hreinlæti, sér í lagi hjá fátækari stéttum sem höfðu ekki góða aðstöðu til að þrifa sig heima fyrir. Fljótt kom þó í ljós að fólk hafði ánægju af því að stinga sér í vatnið og laugarnar urðu leikvöllur fyrir börn og fullorðna.⁷ Á þessum tíma var vatnið ekki hreinsað með tækjum né efnum og því má segja að laugarnar hafi alls ekki stuðlað að hreinlæti heldur verið hálfgerðir sýklapollar, líkt og síðar kom í ljós. Þá var sturtuástöðu bætt við baðstaðina og fólk vinsamlegast beðið um að þrifa sig áður en það færi í laugina.⁸ Fólk naut vistarinnar í vatninu, en þurfti samt að lúta reglum yfirvalda, sem vildu stjórna því hvernig laugarnar voru notaðar. Þær voru ekki til þess ætlaðar að hangsa í og spjalla, heldur átti að synda og drífa sig svo upp úr. Í niðurstöðukafla bókar sinnar segist Wiltse hafa haldið mikið upp á sundlaugarnar þegar hann var yngri og að

⁵ Wiltse, *Contested waters*.

⁶ Wiltse, *Contested waters*, 208.

⁷ Wiltse, *Contested waters*, 9.

⁸ Wiltse, *Contested waters*, 35.

það hafi verið eitthvað alveg sérstakt við þær, sem hann vonar að núverandi og komandi kynslóðir fái að upplifa og njóta líkt og hann gerði.⁹

Susie Scott er félagsfræðingur sem hefur rannsakað sundlaugameningu í Bretlandi. Scott hefur stundað sundlaugar víðs vegar um Bretland og rannsakað samskipti fólksins í laugunum og þær reglur sem virðast gilda um þau. Scott hefur helst einbeitt sér að fólki sem stundar sundlaugarnar til þess að hreyfa sig og synda, fremur en því sem kemur til þess að slaka á eða spjalla í pottunum. Hún segir meðal annars athyglisvert að fylgjast með hvernig fólksflæðið í lauginni stjórnast af fólkinu sjálfu, ekki sundlaugavörðum eða skráðum reglum. Hinar óskráðu reglur verða þá helst til í gegnum óbein samskipti og líkamstjáningu, svo sem með augngotum, brosi eða með því að kinka kolli. Sundgestir læra þannig óskráðar reglur, venjur og siði og vita hvar má synda, á hvaða hraða og í hvaða átt.¹⁰ Ef einhver brýtur reglurnar, t.d. með því að synda í öfuga átt við hina, er honum á sama hátt bent á mistök sín með augngotum eða með því að hrista hausinn í átt til hans.¹¹ Scott segir að í laugunum beri að virða persónulegt svæði hvers sundmanns og ekki megi synda of nærri honum eða rekast utan í hann.¹² Hún segir einnig athyglisvert að þrátt fyrir að allir séu hálfberir í sundlauginni gildi þar sú regla að tala ekki sérstaklega um nektina eða veita henni athygli. Líkamlega snertingu beri að forðast og einnig að horfa á aðra gesti eða mynda við þá augnsamband.¹³

Líkt og Wiltse í *Contested waters* segir Scott að í lauginni losi fólk sig við ytri stöðutákn, svo sem föt eða skartgrip, og þegar í laugina er komið séu allir jafnir.¹⁴ Niðurstöður rannsóknar sinnar hefur Scott birt í tveimur tímaritsgreinum: „Reclothing the emperor: The swimming pool as a negotiated order“¹⁵ frá árinu 2009 og „How to look good (nearly) naked: The performative regulation of the swimmer’s body“¹⁶ frá árinu 2010.

Örn D. Jónsson, félagsfræðingur og prófessor í frumkvöðla- og nýsköpunarfræðum við Viðskiptafræðideild Háskóla Íslands, hefur rannsakað

⁹ Wiltse, *Contested waters*, 213.

¹⁰ Scott, *Reclothing the emperor*, 127.

¹¹ Scott, *Reclothing the emperor*, 137.

¹² Scott, *Reclothing the emperor*, 128.

¹³ Scott, *Reclothing the emperor*, 130.

¹⁴ Scott, *Reclothing the emperor*, 135.

¹⁵ Scott, *Reclothing the emperor*.

¹⁶ Scott, *How to look good (nearly) naked*.

sundmenninguna á Íslandi. Örn fjallar um heitu pottana og laugarnar sem vinsælan samkomustað innan bæja og sveita, þar sem fólk hittist og nýtur samverunnar við aðra um leið og það nýtur þess að vera í vatninu. Hann segir heita vatnið og jarðhitann vera undirstöðu sundlauganna og þeirrar menningar sem í kringum þær hefur skapast.¹⁷ Örn fjallar um hlutverk lauganna og pottanna sem nokkurs konar félagsmiðstöðva í bæjum og sveitum landsins og segir að dagleg heimsókn í sundlaugina sé orðinn fastur liður í lífi margra Íslendinga. Örn birtir niðurstöður sínar í þremur greinum: „Félagsvist heita vatnsins“¹⁸ frá árinu 2005, sem hann ritar ásamt Edward Huijbens, „Good clean fun: How the outdoor hot tub became the most frequented gathering place in Iceland“¹⁹ frá árinu 2010 og „Outdoor bathing in Iceland: The social aspects of energy utilization“²⁰ einnig frá árinu 2010. Auk þess hefur Örn gefið út ljósmyndabók um sundlaugarnar, *Geothermal living*,²¹ með fróðleik um laugarnar við ljósmyndir Klængs Gunnarssonar.

Thomas A.P. van Leeuwen er prófessor í arkitektúr og kenndi sögu arkitektúrs við Leyden háskóla í Hollandi um árabíl. van Leeuwen rannsakaði einkasundlaugar og sögu þeirra frá sjónarhorni arkitektúrsins og einbeitti sér að Bandaríkjunum, einna helst Kaliforníu og Los Angeles, sem hann kallar sundlaugahöfuðborg heimsins.²² Rannsókn sína gaf van Leeuwen út í bókinni *The springboard in the pond*²³ sem kom út árið 1998. van Leeuwen fer ekki yfir sögu lauganna í tímaröð, líkt og Jeff Wiltse gerir í sinni umfjöllun, heldur flokkar hann laugarnar eftir notagildi, t.d. hvort þær séu byggðar til þess að synda í eða til þess að blanda geði við aðra sundgesti. van Leeuwen segir laugina vera birtingu arkitektúrsins til þess að uppfylla þörf mannsins fyrir að verða eitt með vatninu. Þannig greinir hann laugarnar fyrst og fremst eftir formi þeirra og byggingarstíl, sem ákveðinn er eftir því hvernig fólk kýs að nota laugina.²⁴ van Leeuwen segir að einkalaugin hafi upprunalega verið ákveðið tól til að sýna fram á stétt og stöðu fólks. Í fyrstu voru það aðeins hinir efnuðu sem byggðu einkalaugar við híbýli sín

¹⁷ Örn D. Jónsson, Good clean fun, 243.

¹⁸ Örn D. Jónsson og Edward Huijbens, Félagsvist heita vatnsins.

¹⁹ Örn D. Jónsson, Good clean fun.

²⁰ Örn D. Jónsson, Outdoor bathing in Iceland.

²¹ Örn D. Jónsson, *Geothermal living*.

²² van Leeuwen, *The springboard in the pond*, 4.

²³ van Leeuwen, *The springboard in the pond*.

²⁴ van Leeuwen, *The springboard in the pond*, 2.

og voru þær notaðar fyrst og fremst sem leikvöllur, en um leið voru þær ákveðið stöðutákn hinna ríku.²⁵ van Leeuwen fjallar í bók sinni um ýmsar tegundir sundlauga, allt frá fljótandi laugum sem byggðar voru á ám eða vötnum – að draumkenndum sundlaugum Hollywood og hvernig þær urðu þáttur af kvikmyndasögunni á fyrri hluta 20. aldar.

Áhugavert er að skoðu sögu sundlauga á Íslandi og hafa hana að einhverju leyti til hliðsjónar þegar verið er að rannsaka félagslega hlið lauganna, því líklegt er að sundferðir Íslendinga hafi alla tíð haft félagslegan tilgang. Sveinn Þórðarson hefur gert sögu sundlauga á Íslandi skil í bók sinni um jarðhitanýtingu á Íslandi, *Auður úr iðrum jarðar*.²⁶ Þar segir hann meðal annars frá laugarferðum Íslendinga í fornsögum og veltir því fyrir sér hvers vegna menn sátu helst í laugum. Sveinn telur að fólk hafi gengið til laugar í tvennum tilgangi, fyrst og fremst sér til heilsubótar en líka sér til skemmtunar.²⁷ Sveinn segir einnig frá fyrstu baðhúsunum í Reykjavík sem risu seint á nítjándu öld og frá upphafi sundkennslu á Íslandi, en fyrsta kennslubók á Íslandi um íþróttir fjallaði um sund, en hún heitir *Sund-reglur prófessors Nachtegalls*.²⁸

Í þessari ritgerð verður stuðst við ofantaldar rannsóknir og þær hafðar til samanburðar við svör viðmælenda og vettvangsnótur úr þátttökuathugun. Áhugavert er til dæmis að skoða rannsóknir Arnar D. Jónssonar á félagslegu hlutverki sundlauga í íslensku samfélagi, en í svörum viðmælenda minna var áberandi að þeir nefndu allir að sundið gegndi félagslegu hlutverki sem væri lykilatriði í sundlaugarheimsókninni. Einnig er áhugavert að skoða niðurstöður Susie Scott um hegðun og reglur í sundlaugum í Bretlandi í samanburði við hvernig viðmælendur mínir upplifðu og túlkuðu hegðun og reglur í sundlauginni í Borgarnesi og á Sturlureykjum.

²⁵ van Leeuwen, *The springboard in the pond*, 78.

²⁶ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*.

²⁷ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*, 57.

²⁸ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*, 71.

2 Sundlaugarnar

Sundlaugar hafa sinn sérstaka sjarma og það er ákveðin stemmning sem fylgir því að fara í sund; það er andinn í búningsklefunum, það er lyktin af vatninu, það er hitinn og gufan og síðast en ekki síst eru það aðrir sundlaugagestir sem skapa stemmningu. Að vissu leyti er erfitt að bera saman einka- og almenningslaugar með skírskotun til aðeins tveggja lauga, því hver sundlaug hefur sín einkenni, sína sögu og ákveðna stemmningu sem þar ríkir. Upplifun einstaklinga af sömu lauginni getur verið ólík því margir hafa persónulega tengingu við eina laug fram yfir aðrar. Á Íslandi eru um 170 sundlaugar í dag og dreifast þær um allt land.²⁹ Langflestar eru almenningslaugar, en eitthvað er um að fólk hafi einkalaugar og einnig eru heitir pottar afar vinsælir við híbýli manna. Íslendingar eru sundglöð þjóð og duglegir að heimsækja laugarnar allan ársins hring.

Saga sundlauga og heitra potta á Íslandi er eitt af því sem skapar stemmningu þeirra. Sagan er merkileg, bæði hvernig laugaferða er minnst í fornsögunum og einnig hvernig uppbygging og þróun lauganna hefur verið í gegnum tíðina. Jarðhitinn og heita vatnið eiga stóran þátt í sögu lauganna og eru að miklu leyti undirstaða þeirra, líkt og Örn D. Jónsson félagsfræðingur bendir á.³⁰ Hveralækir og heitir pollar eru undanfarar heitu potta nútímans og þess vegna er fróðlegt að tengja upplifun fólks af því að fara í sund í dag á einhvern hátt við sögu lauganna. Í Reykholti baðaði Snorri Sturluson sig í heitum potti undir berum himni og það sama gerum við í dag, söfnum heitu vatni í laug og látum líða þar úr okkur. Jafnvel þó að laugar nútímans séu klórhreinsaðar og flísalagðar er það samt sem áður fólkið og vatnið sem gegna þar stærstu hlutverkunum, líkt og í gamla daga.

Í þessum kafla verður sagt frá þeim sundlaugum sem notaðar voru sem vettvangur rannsóknarinnar, sundlauginni í Borgarnesi og sundlauginni á Sturlureykjum. Einnig verður skoðað hvað það er sem skapar stemmningu og anda lauganna og loks verða skráðar og óskráðar reglur lauganna skoðaðar.

²⁹ *Orkuveita Reykjavíkur.*

³⁰ Örn D. Jónsson, Good clean fun.

2.1 Sundlaugin í Borgarnesi

Árið 1952 hóf Ungmennafélagið Skallagrímur byggingu sundlaugar í Borgarnesi og var laugin tekin í notkun á fyrri hluta ársins 1955. Borgnesingar höfðu þá í nokkurn tíma áformað að koma sér upp sundlaug, en það gerði þeim erfitt fyrir að jarðhiti var ekki í námunda við kaupúnið.³¹ Nú hefur verið byggt yfir upprunalegu laugina og í dag er hún orðin innilaug og önnur stærri hefur tekið við sem útilaug. Árið 1998 var tekið í notkun nýtt útisundlaugasvæði í Borgarnesi. Útilaugin er 25 metrar á lengd og 12,5 metrar á breidd. Við laugina eru þrjár rennibrautir, tvær langar og ein minni. Þrír heitir pottir eru við laugina, með mismunandi hitastigi, auk setlaugar og rennibrautalaugar.³² Við laugina er líka eimbað, sánabað og sólbaðsaðstaða.³³

Sundlaugin í Borgarnesi er skemmtilega staðsett með útsýni yfir íþróttavöllinn og langt út á sjó. Í viðtali við arkitekt laugarinnar, Jes Einar Þorsteinsson, fyrir fréttabréf Verkís verkfræðistofu,³⁴ segir hann mikilvægt að flétta sundlaugamannvirki inn í umhverfið svo að laugargestir geti notið útsýnis og nálægðar við náttúruna, líkt og gert er í Borgarnesi. Umhverfið setur sinn svip á laugina og á þátt í að skapa stemmningu hennar. Sundlaugin er hluti af íþróttamiðstöðinni í Borgarnesi og þar fer fram íþróttastarf auk þess sem grunnskólanemar stunda þar skólasund.³⁵

Viðmælendur mínir voru sammála um að laugin í Borgarnesi væri mjög góð, aðstaðan væri til fyrirmyndar sem og öll þjónusta við gesti.

2.2 Sundlaugin á Sturlureykjum

Sundlaugina á Sturlureykjum byggðu hjónin Kristleifur Jóhannesson og Guðjóna Jónsdóttir árið 1975.³⁶ Á bænum eru góðar aðstæður fyrir hendi til að byggja sundlaug, en á jörðinni er hver og því nóg af heitu vatni. Sundlaugin er steyp, 12,5 metrar á lengd og 4 metrar á breidd. Auk laugarinnar er steypur heitur pottur við hlið hennar og baðhús sem byggt er við enda laugarinnar. Laugin hefur alltaf verið vinsæl hjá heimilisfólki á Sturlureykjum og í gegnum tíðina hefur

³¹ Jón Helgason, *Hundrað ár í Borgarnesi*, 303.

³² Umhverfið ræður úrslitum, 9.

³³ *Borgarbyggð*.

³⁴ Umhverfið ræður úrslitum, 8.

³⁵ *Borgarbyggð*.

³⁶ KS 1.

sundlaugin verið eitt af því sem sameinar þá sem að Sturlureykjum hafa komið, bæði fjölskyldumeðlimi og gesti.

Hverinn á Sturlureykjum hefur haft mikil áhrif á nýtingu og sögu jarðarinnar. Á Sturlureykjum var áður jarðvegslaug, sem hlaðin var í bæjarlæknum rétt austan við sundlaugina sem nú stendur. Það var Erlendur Gunnarsson, þáverandi bóndi á Sturlureykjum, sem stíflaði lækinn um aldamótin 1900.³⁷ Þá voru lækjarveggirnir hlaðnir upp og heitt vatn úr hveralæknum og kalt vatn úr bæjarlæknum látið renna saman.³⁸ Laugina gerði Erlendur til þess að geta kennt börnum sínum sund og næstu vorin komu þangað sundkennarar og kenndu börnum í sveitinni sundtökin.³⁹ Erlendur var frumkvöðull í nýtingu hverahitans á Íslandi og var fyrstur manna til að hita bæ sinn með hveragufu sem hann leiddi inn í húsið.⁴⁰ Á Sturlureykjum var þurrabað eða svonefnt baðhús við hverinn, þó ekki sé vitað nákvæmlega hvenær það var byggt eða mest notað, líklega fyrir aldamótin 1900. Kristleifur Þorsteinsson fræðimaður á Stóra-Kroppi lýsir baðhúsinu svo:

Kofi þessi var að nokkru grafinn í jörð, og var gengið í hann eftir steintröppum um lágar dyr. Þegar inn kom, var þar þurrt hellugólf og veggir hlaðnir úr grjóti að innan, en ytri hleðsla og þak úr torfi. En undir þessu hellugólfi kraumaði í litlu gufuauga frá hvernum. Var því dúnheitt þar inni. Hús þetta var nefnt „Baðhús“. Var á því nokkur átrúnaður, sem eins konar heilsuhæli í smáum stíl. Skottulæknar réðu gigtveikum mönnum til að liggja um tíma í því sér til heilsubótar. Þetta er án efa fyrsta hús, sem byggt hefur verið hér í Borgarfirði með það fyrir augum að færa sér í nyt hverahita til heilsubótar. Lágu þar oft gigtveikir menn, og fengu sumir þeirra góðan bata.⁴¹

Gufan og hitinn hafa þarna verið nýtt til lækninga og líklega hefur það verið víðar sem fólk baðaði sig í heitu vatni sér til heilsubótar. Snorri, sonur Kristleifs á Sturlureykjum, telur ekki ólíklegt að saga hveranýtingarinnar hjá forfeðrum hans á

³⁷ Þorgils Guðmundsson, Upphaf sundkennslu í Borgarfirði, 117.

³⁸ KS 1.

³⁹ Þorgils Guðmundsson, Upphaf sundkennslu í Borgarfirði, 117.

⁴⁰ Kristleifur Þorsteinsson, *Úr byggðum Borgarfjarðar*, 206.

⁴¹ Kristleifur Þorsteinsson, *Úr byggðum Borgarfjarðar*, 207.

Sturlureykjum hafi meðal annars verið hvati að byggingu laugarinnar hjá Kristleifi, föður sínum, á sínum tíma.⁴²

2.3 Andinn og stemmningin

Flestir sem venja komu sína í sundlaugar eiga sér sína uppáhalds laug. Jeff Wiltse, sem rannsakaði sundlaugar í Bandaríkjunum, rifjar í bók sinni upp minningar úr æsku tengdar hans uppáhalds sundlaug. Wiltse lýsir lauginni sem einstökum stað þar sem hann lék sér ásamt félögum sínum, og úr skrifum hans má lesa ákveðna fortíðarþrá. Hann segir meðal annars: „Það var eitthvað sérstakt við lagina.“⁴³ Þessi orð sín útskýrir Wiltse ekki mikið nánar, en þau má túlka þannig að persónuleg tenging og minningar hans úr lauginni hafi gert hana sérstaka í hans huga, fremri öðrum laugum.

Þegar ég spurði viðmælendur mína hvað það væri sem gerði eina laug betri en aðra voru flestir sammála um að það væri helst andinn eða stemmningin sem þeir sjálfir upplifðu í laugunum. Kristleifur orðaði það svo: „Það er – æji sumar sundlaugar eru bara ægilega góðar og aðrar ekkert sérstakar. Það er einhvernvegin bara andinn, andinn í þeim.“⁴⁴ En hvað er það sem skapar andann? Andi sundlauga er ekki fyrirfram ákveðinn um leið og þær eru byggðar, heldur er hann eitthvað sem fólkið sem sækir laugarnar upplifir og skapar. Það sem hefur einna helst áhrif á anda lauganna getur verið persónuleg tenging, fólkið í lauginni, umhverfið og sagan. Viðmælendur mínir, Kristleifur og Lísbet, voru sammála um að þeim þætti eldri laugar notalegri en þær nýrri, andi þeirra væri á einhvern hátt öðruvísi.

Kristleifur: Það er, jáh, nýju laugarnar í Reykjavík, svona þessar nýrri, jah til dæmis, æj þær einhvern veginn eiga ekki við mig sko. Þessar, þessar svona, gömlu eru einhvern veginn notalegri, meiri sál í þeim.

Katrín: Já. Og, en hvað er það svona sem skapar andann?

Kristleifur: Það er fólkið og, bara já, fólkið og umgjörðin sem að, sem að sækir laugarnar.

Katrín: Stemmningin?

Kristleifur: Jájá. Eins og Lágafellslaug, nýja laugin í Mosfellsbæ, til dæmis,

⁴² KS 1.

⁴³ „There was something special about the pool.“ Wiltse, *Contested waters*, 213.

⁴⁴ KS 3.

þar er bara – Salalaug – æj þetta eru einhvernveginn allt bara nýtt og – kjánalegt og hvítskúrað og fint og, svo ferðu niður í Laugardalslaug og ég meina, þar er bara allt eins og það hefur verið síðustu hundrað og eitthvað árin og sama fólkið held ég og allt sko, bara allt eins og það á að vera og það er bara vinalegra og notalegra.⁴⁵

Kristleifur metur anda lauganna út frá sinni eigin upplifun á þeim í gegnum tíðina og fólkinu sem sækir þær og hann kann betur við þær laugar sem hann þekkir. Lísbet er á sama máli og hennar uppáhaldslaug er laugin sem hún hefur sótt síðan hún var lítil og þekkir einna best, sundlaugin á Húsafelli.

Fyrir mér er það kannski, mér finnst þær laugar sem að ég er vön að fara í. Þegar það kemst upp í vana. Og maður er svona, farinn að líða svolítið heimilislega, þá finnst mér hún betri. En það er náttúrulega, það er alltaf að breytast. Mér finnst náttúrulega sundlaugin á Húsafelli best af því að mér líður bara eins og heima hjá mér þar... En ég held það sé fyrst og fremst bara, hversu vel ég þekki laugina. Að ég sé búin að gera hana að minni. Þá fer mér að líða betur.⁴⁶

Andi lauganna mótast því að miklu leyti af upplifun hvers og eins og tengingu viðkomandi við laugina.

Meðal þess sem hefur áhrif á anda lauganna er staðsetning þeirra, umhverfi og gestir. Lísbet telur staðsetningu laugarinnar í Borgarnesi við sjóinn hafa áhrif á anda hennar og er þar á sama máli og arkitekt laugarinnar, sem segir að mikilvægt sé að tengja sundlaugarmannvirkin umhverfinu og náttúrunni.⁴⁷ Úr sundlauginni og pottunum má horfa út á hafíð, það skapar ákveðna stemmningu og vissa tengingu við staðinn. Sundlaugin í Borgarnesi er líka íþróttamiðstöð bæjarins og þar fara nemendur grunnskólans í skólasund. Það hefur líka viss áhrif á anda laugarinnar og þar skapast „nettur grunnskólafilingur“⁴⁸ eins og Lísbet orðar það sjálf og kannast við stemmninguna úr æsku. Þannig á fólkið í laugunum líka stóran þátt í að setja svip sinn á laugarar og skapa anda þeirra.

Einn helsti munur á einkalaugum og almenningslaugum er einmitt fólkið, eða öllu heldur fjöldi fólksins, þar sem í einkalaug getur þú verið einn og í friði en

⁴⁵ KS 3.

⁴⁶ KS 4.

⁴⁷ Umhverfið ræður úrslitum, 8.

⁴⁸ KS 4.

í almenningslaug er yfirleitt margt fólk samankomið. Lísbet upplifir stemmninguna í sundlauginni á Húsafelli öðruvísi á sumrin heldur en á veturna og segir það helst vera vegna fjölda sundgesta.

Andi laugarinnar á Húsafelli er mjög ólíkur á sumri og vetri. Á sumrin er allt alveg stappað og fullt af fólki og þú bara rekst í alla, af því það eru svo margir þar. En á veturna er þar mjög friðsælt og umhverfið er bara íslenskur birkiskógur og já, þér líður meira svona úti í náttúrunni, og færð ekki svona þennan stofnanabrag eins og í Borgarnesi til dæmis, þar sem eru skólakrakkar og alltaf eitthvað að gera. Það er svona vinnustaður, en í Húsafelli er þetta meira bara svona náttúrulegt.⁴⁹

Að vissu leyti má segja að sundlaugin á Húsafelli hafi verið hálfgerð einkalaug fyrir Lísbetu, sem hefur verið þar bæði fastagestur og starfsmaður og kann hún betur við þegar færri er þar af fólki. Lísbet þekkir líka sundlaugina á Sturlureykjum og segir einkennandi fyrir anda hennar að yfirbragðið sé mjög heimilislegt og maður skynjar að laugin er ekki útbúin fyrir fjölda fólks á sama hátt og almenningslaugar. Þar sé til dæmis sameiginleg búningsaðstaða fyrir bæði kynin, kunna þarf allskonar brögð til að stjórna hitanum og annað þess háttar. „Þar er svona heimilislegur bragur. Og svona sveitó. Enda ekki gerð fyrir almenning, ekki eftir svona stöðlum og svona.“⁵⁰ Það er því ýmislegt sem á þátt í að skapa anda lauganna, en fyrst og fremst eru það sundgestirnir og tenging hvers og eins við laugina sem skapar stemmninguna sem þar ríkir.

2.4 Hegðun – reglur

Í sundlaugum gilda ákveðnar reglur, bæði þær sem eru ákveðnar af yfirvaldinu (skráðar) og einnig þær sem eru félagslega mótaðar (óskráðar). Í stærri sundlaugum, þar sem gestir skipta tugum, er augljós þörf á að halda einhverri reglu til að fyrirbyggja árekstra og tryggja að svæðið virki eins og það á að gera. Enda eru laugarnar hannaðar með þarfir gesta í huga og svæðið skipulagt svo það virki sem best. Laugunum er skipt niður í brautir þar sem fólk syndir, rennibrautum fylgir oftast sér laug eða pottur til að busla í og oft eru nokkrir heitir

⁴⁹ KS 4.

⁵⁰ KS 4.

pottar með misheitu vatni. Þetta er allt hannað svo allir geti notið sín sem best, sama hvort þeir koma til þess að synda, slaka á eða leika við börnin sín.

Skráðar reglur í sundlaugum er auðvelt að nálgast og þær eru kynntar sundlaugagestum með skiltum eða veggspjöldum sem prýða almenna sundstaði. Á skiltunum eða veggspjöldunum eru leiðbeiningar um hvað megi og hvað ekki megi gera, t.d. eru reglur um að sundgestum sé skylt að þvo sér án sundfata áður en haldið er í laugina og víða eru reglur um hvernig beri að hegða sér í og við rennibrautir. Oft má sjá merkingar um grynnri og dýpri enda lauganna og yfir pottunum stendur gjarnan hvert hitastig þeirra sé, svo fólk geti valið þar á milli. Í almenningslaugum eru sundlaugaverðir sem fylgjast með gestunum, fyrst og fremst til að gæta öryggis þeirra, en einnig til að sjá til þess að skráðum reglum sé framfylgt. Reglurnar í einkalaugum eru yfirleitt færri en í almenningslaugum og líklega er það misjafnt á milli einkalauga hvort ákveðnar reglur gildi og hversu mikið mark er tekið á þeim. Í einkalauginni er t.d. hægt að fara í laugina hvenær sem er sólarhringsins og jafnvel hægt að taka með sér örlitla brjóstbirtu ef tilefni er til. Þar eru ekki sundlaugaverðir sem fylgjast með að reglum sé framfylgt og allar aðstæður því mun frjálslægri.

Susie Scott rannsakaði sundlaugamenningu í Bretlandi og leit sérstaklega til þess hvaða óskráðu reglur virtust gilda þar og hvernig fólk hegðaði sér í samskiptum hvert við annað. Scott segir að sundlaugarnar séu í rauninni ákveðinn félagslegur heimur og innan hans skapist ákveðnar reglur, venjur og hegðun sem þátttakendur kunnir og þekki.⁵¹ Það er fólk sem skapar reglurnar um leið og það framfylgir þeim til þess að lífið í laugunum gangi sem best. Scott segir til dæmis að í laugunum beri að virða svæði hvers sundmanns, gæta þess að passlegt bil sé á milli sundmanna og forðast að snerta aðra. Á meðan fólk er í lauginni að synda gildir sú regla að hver og einn láti aðra sundmenn í friði og gefi sig ekki á tal við þá, nema eitthvað sérstakt gerist. Scott líkir þessu við aðstæður sem skapast til dæmis í strætóskýlum og í lyftum. Þar hefur fólk sitt svæði og þögult samþykki ríkir um að það sé auðveldara að hunsa nærveru annarra heldur en að eiga í miklum samskiptum við þá.⁵² Þetta á þó helst við þar sem fólk er að synda, en á „frjálssvæði“ líkt og í leiklauginni gilda ekki eins strangar reglur.

⁵¹ Scott, *Reclothing the emperor*, 124.

⁵² Scott, *Reclothing the emperor*, 129.

Hvað varðar óskráðar reglur í íslenskum sundlaugum segir Örn D. Jónsson einkennandi að þar sé snertingu haldið í lágmarki, fólk heilsist ekki með handabandi heldur láti nægja að kinka kolli. Örn segir einnig að samræður í pottunum séu yfirleitt almennar og þar séu persónulegar spurningar ekki leyfðar.⁵³ Þetta getur þó farið eftir því við hvern menn eru að ræða og viðmælendur mínir voru flestir sammála um að það væri hægt að ræða hvað sem er í pottinum, svo lengi sem einhver áhugi væri fyrir því. Samt sem áður þyrftu menn að passa hvað þeir segðu því sumir kæmu í pottinn aðallega til þess að hlusta á hina spjalla.

Viðmælendur mínir töldu að óskráðar reglur í sundlaugunum væru ekki mikið flóknari en á stöðum utan lauganna, þar gildi helst að sýna almenna kurteisi og umburðarlyndi gagnvart náunganum. Lísbet sagði til dæmis um reglurnar:

Óskráðar reglur eru kannski bara svipaðar og með önnur samskipti. Að setjast ekki alveg bara beint við hliðina á einhverjum sem þú þekkir ekki neitt. Ef það er nóg pláss. En þetta er bara, þú veist, sama og gildir í lífinu.⁵⁴

Lísbet taldi óskráðar reglur í almenningssundlaugum vera svipaðar og á öðrum almenningstöðum, þar sem almennt gildi að sýna náunganum kurteisi. Hún taldi óskráðar reglur vera þess eðlis að maður gerði sér jafnvel ekki grein fyrir þeim þó maður kynni þær og framfylgdi þeim, þær væru í flestum tilvikum eitthvað sem maður gerði ósjálfrátt, án þess að hugsa sig sérstaklega um. Maður býr t.d. til pláss ef þröng er á þingi og sest ekki alveg í fangið á næsta manni ef nóg er af pláss.⁵⁵

Reglurnar sem verða til í laugunum eru mismunandi eftir stöðum og löndum, þær taka mót af samfélaginu og menningunni á hverjum stað og því hverju fólkið er vant. Þetta sést líklega best á ólíku viðhorfi sundgesta til nektar, þar sem viðhorfið er bundið samfélaginu frekar en einstaklingnum. Örn D. Jónsson bendir á mismunandi viðhorf fólksins eftir ólíkum bakgrunni þeirra.⁵⁶ Hann segir Íslendinga vera afslappaða þegar kemur að nekt í laugunum og að útlendingar taki eftir því hve frjálsgir þeir séu. Það sama var álit viðmælenda minna, en þeim fannst ekki mikið mál að berhátta sig í sturtunni innan um aðra eða baða sig saman í lauginni á sundfötunum. Nektina töldu þeir vera eðlilegan

⁵³ Örn D. Jónsson, *Good clean fun*, 247.

⁵⁴ KS 4.

⁵⁵ KS 4.

⁵⁶ Örn D. Jónsson, *Good clean fun*, 247.

hlut sem fylgdi sundinu og ekkert sem þeir spáðu sérstaklega í. Ásta hefur stundað laugarnar í mörg ár, bæði sem gestur og sem baðvörður og er orðin vön baðmenningunni. Ásta segir:

Maður hættir að líta á fólkið sem þess vegna bert. Þetta er bara fólkið. Og það er eins í hérna, eins í klefunum. Íslendingar sem stunda sund, ég er ekki viss um að þú horfir á manneskjuna sem bera. Það er oft mikið kjaftað í klefunum og þar verður maður náttúrulega að sýna mikla tillitssemi því að það er þröngt og, og það gengur alltaf vel.⁵⁷

Ásta tekur þarna fram að þetta sé viðhorf Íslendinga, og líklegt er að hún hafi kynnst ólíku viðhorfi útlendinga til nektar á sundstöðum í gegnum starf sitt sem baðvörður. Áhugavert er að bera þetta viðhorf Íslendinga til nektar saman við rannsókn breska félagsfræðingsins Susie Scott, sem snýr meðal annars að viðhorfi Breta til nektar í sundlaugum.

Nektin virðist vera tekin örlítið alvarlegar í Bretlandi. Scott segir eina af meginreglunum í sundiðkuninni í Bretlandi þá að hún skuli virt sem kynlaus athöfn, þrátt fyrir að allir séu nánast berir. Scott líkir því við söguna um Nýju fötin keisarans, þar tóku allir eftir því að keisarinn var ekki klæddur, en það var ekki minnst á það.⁵⁸ Scott telur að um leið og nektin yrði gerð að umræðuefni eða henni yrði veitt nánari athygli gæti hún breytt sundumhverfinu úr saklausum og þægilegum stað til að hreyfa sig eða slaka á, í vettvang óþæginda eða vandræðalegheita. Samkvæmt Scott ríkir því sú óskráða regla að líta beri framhjá því að að maður sitji hálfber í heitum potti fullum af öðru hálfberu fólki, jafnvel þó maður sé vel meðvitaður um það.

Þrátt fyrir frjálstlegt viðhorf Íslendinga til nektar í sundlaugum er þó gerð krafa um að sundgestir klæðist sundfötum í lauginni. Aðspurður taldi Kristleifur það vera nokkurn vegin meginregluna: „Er það ekki bara að halda sig í sundskýlunni ef að það eru, ef það eru fleiri en tveir?“⁵⁹ Óvíst er hvort Kristleifur á hér við einkalaugar eða almenningslaugar, sennilega yrði hann fljótt rekinn upp úr almenningslaug ef hann héldi sig ekki í sundskýlunni, því jafnvel þó enginn annar gestur væri í lauginni er sundlaugavörðurinn ávallt að fylgjast með. En hvað

⁵⁷ KS 2.

⁵⁸ Scott, *Reclothing the emperor*, 130.

⁵⁹ KS 2.

með nekt í einkalaugum? Í þátttökuathugunum mínum í sundlauginni á Sturlureykjum varð ég þess ekki vör að sundgestir færu naktir í laugina, jafnvel þótt fáir væru í lauginni í einu. Baðhúsið á Sturlureykjum, sem er sameiginleg búningstaða fyrir bæði kynin, var ekki notað af konum og körlum í einu, heldur biðu karlarnir fyrir utan á meðan konurnar klæddu sig í föt og öfugt.⁶⁰ Reglan um að klæðast sundfötum í lauginni virðist því ná til einkalauga líka, a.m.k. þar sem hópurinn sem sækir einkalaugina er jafn stór og á Sturlureykjum.

Reglur og stemmning lauganna eiga stóran þátt í að skapa upplifun fólks af sundferðinni og þær geta verið mismunandi eftir því hvort farið er í einkalaug eða almenningslaug. Reglur innan almenningslauga eru yfirleitt svipaðar. Þar forðast fólk mikla snertingu og reynir að sýna almenna kurteisi og umburðarlyndi. Í einkalaugum er auðveldara að beygja reglurnar, því þar er sjaldnast einhver að fylgjast með og hópurinn sem sækir einkalaugar er minni og nánari heldur en hópurinn sem sundgestir almenningslauga mynda. Hvað varðar stemmningu lauganna eru þar fjórir þættir sem hafa mest áhrif. Það er persónuleg tenging sundgesta við laugina, annað fólk sem sækir laugina, umhverfi hennar og saga.

⁶⁰ KS 5.

3 Selskapur í sundi

Í sundlaugum er oft margt um manninn og þangað kemur fólk í ólíkum tilgangi. Sumir fara einir til að synda eða slaka á, aðrir fara með vinum eða til þess að hitta vini og kunningja í lauginni. Sumir stunda laugarnar sér til heilsubótar og hjá mörgum er heimsókn í sundlaugina partur af þeirra daglegu rútnu. Sundlaugar þjóna líka sem samkomustaðir, þangað kemur fólk til þess að slaka á í vatninu og njóta samvistar við annað fólk, spjalla um daginn og veginn og fá nýjustu fréttirnar. Sundlaugar eru einnig samverustaðir fyrir fjölskylduna og geta verið leiksvæði fyrir börn og jafnvel fullorðna.

Sem samkomustaðir má segja að sundlaugar hafi ákveðna sérstöðu og það getur verið öðruvísi að rekast á fólk í sundlaug en úti á götu eða í skólanum. Eðlilega sækja fleiri almenningslaugar heldur en einkalaugar, en þrátt fyrir það hafa einkalaugar talsverða félagslega virkni og gegna líka hlutverki sem samkomustaður, þó hann sé fyrir minni og nánari hóp heldur en almenningslaugar.

Í þessum kafla ætla að ég að fjalla um sundlaugar sem samkomustaði, bæði einkalaugar og almenningslaugar og um fastagesti sundlauganna – sundfólkið.

3.1 Laugin sem samkomustaður

Sundlaugar þjóna mörgum sem samkomustaðir og fólk fer í sund til þess að sýna sig og sjá aðra. Örn D. Jónsson, félagsfræðingur og prófessor í viðskiptafræði við Háskóla Íslands, hefur gert grein fyrir því hvernig laugarnar og heitu pottarnir þjóna sem samkomustaðir innan bæja, þar sem fólk hittist og nýtur samverunnar við aðra um leið og það nýtur þess að vera í vatninu.⁶¹ Sem dæmi um mikilvægi sundlaugarinnar í félagslegu samhengi nefnir Örn Vesturbæ Reykjavíkur og Vesturbæjarlaugina. Þegar Bretar yfirgáfu landið við lok síðari heimsstyrjaldarinnar skyldu þeir eftir sig braggahverfi víða um höfuðborgina. Þeirra á meðal var Camp Knox í Vesturbænum milli Reynimels, Kaplaskjólsvogar og Hofsvallagötu, eða nánast þar sem sundlaug Vesturbæjar átti síðar eftir að rísa.

⁶¹ Örn D. Jónsson, Good clean fun.; Örn D. Jónsson, Outdoor bathing in Iceland. The social aspects of energy utilization.

Ekki þótti mikil þrýði af bröggunum og brátt hófu Reykvíkingar að bæta og breyta. Þegar braggarnir voru rifnir og hverfið byggt upp með mannvirkjum eins og Bændahöllinni, Háskólabíói og svæðinu í kringum Hagatorg, vantaði stað fyrir fólkið sjálft og götulíf hverfisins. Sundlaugin varð þessi samkomustaður fólksins. Laugina sóttu íbúar hverfisins, af öllum stöðum og stéttum, og þar gátu þeir komið saman og spjallað í pottunum eða fengið sér sundsprett. Að stórum hluta bætti sundlaugin upp fyrir það sem vantaði í götulíf hverfisins og hún þjónaði tilgangi sem samkomustaður og fólk sótti hana ekki síst til að njóta félagsskaparins við aðra sundgesti.⁶²

Sundlaug Vesturbæjar var tekin í notkun árið 1961 og til hennar er uppruni heitra potta á Íslandi rakinn. Arkitekt laugarinnar var Bárður Ísleifsson, en arkitektinn Gísli Halldórsson var fenginn til þess að teikna umhverfi laugarinnar. Gísli hafði teiknað upp Snorralaug þegar hann var í námi og datt honum í hug að nýta þá hugmynd við umhverfi Vesturbæjarlaugar og gera þar tvo heita potta með Snorralaug sem fyrirmynd. Það varð úr og pottarnir við Vesturbæjarlaugina voru þeir fyrstu sinnar tegundar á Íslandi – Snorralaugar nútímans. Þeir urðu feikna vinsælir og í kjölfarið var farið að byggja slíka potta við fleiri laugar.⁶³ Örn D. Jónsson líkir sundlaugunum og heitu pottunum á Íslandi við aðra þekktu samkomustaði víða um heim:

Hugmyndin um heita pottinn breiddist út um allt landið og potturinn varð vettvangur fyrir eina af mest stunduðu félagslegu samkomum landsins á innan við tveimur áratugum, sambærilegur kaffihúsum Parísar, ensku kránni, torgum á suðlægum slóðum, hinu forna tyrkneska baði, hinu japanska sento, eða, nær okkur, hinu finnska gufubaði.⁶⁴

Þessir staðir þjóna allir sem hversdagslegir samkomustaðir fyrir almenna borgara eða sveitunga. Þeir eru heimilislegir og þægilegt fyrir fólk að koma þar saman og ræða um allt og ekkert.

⁶² Örn D. Jónsson, Outdoor bathing in Iceland. The social aspects of energy utilization, 7.

⁶³ Pétur Blöndal, Þá voru þeir ekki eins vondir í skapinu, pólitíkusarnir, 27.

⁶⁴ „The hot tub concept was imitated all over the country to become one of the most frequented locations for social get-togethers in the country in less than two decades, comparable to the Parisian café, the English pub, the Mediterranean church plaza, the ancient Turkish Hammam, the Japanese Sento, or, closer to home, the Finnish sauna.“ Örn D. Jónsson, Outdoor bathing in Iceland. The social aspects of energy utilization, 7.

Í þátttökuathugun minni í sundlauginni í Borgarnesi varð ég fljótt vör við að heitu pottarnir voru samkomustaðir Borgnesinga og nærsveitunga. Í einum pottinum voru nokkrir karlar á spjalli, þar af einn sem sagði reglulega brandara svo hinir hlógu dátt. Karlarnir spjölluðu á léttu nótunum og höfðu gaman að, svo fór einn upp úr en annar kom fljótt í staðinn og spjallið hélt áfram. Ég tók ekki þátt í samræðunum heldur lét nægja að brosa þegar þeir hlógu sem hæst.⁶⁵

Kristleifur, viðmælandi minn, bjó í Reykholti í Biskupstungum þegar hann var yngri og segir almenningssundlaugina þar hafa gegnt ákveðnu hlutverki sem óformlegur samkomustaður sveitarinnar, þar sem fólk hittist reglulega í sundi, börn og fullorðnir.

Kristleifur: Sundlaugin var opin alla daga og krakkarnir voru duglegir að fara í sund. Tvö kvöld í viku voru svo íþróttaæfingar, bókasafnið opið annað kvöldið, og það kom hálf sveitin og fór í sund, og þetta var bara svona, heljar, menningarmiðstöð bæði hjá krökkum og fullorðnum. Krakkarnir fóru í litla pottinn og fullorðnir í stóra pottinn, svo voru krakkarnir að fíflast í sundlauginni og, ægilega gaman sko, stundum vorum við nú að æsa upp sundlaugavörðinn eða hlaupa í, kíkja inni kvennaklefan og eitthvað svona, og þetta gat allt orðið, jájá, verið heljar skemmtilegt sko. Stundum, stundum reknir uppúr áður en að, áður en að lokunartími var kominn og annað sko. En alltaf var þetta voða gaman.

Katrín: En var þetta þá svona samkomustaður sveitarinnar eiginlega, í sundlauginni?

Kristleifur: Heldur betur, þarna voru, komu bara, ja mjög margir úr sveitinni. Alltaf, alltaf í sundi. Og þarna náttúrulega blómstruðu sögurnar, kjaftasögur sveitarinnar, það er, jájá það sem að, það sem ekki skeði í alvörunni einhversstaðar í sveitinni, þær voru bara búnar til í heita pottinum, eins og gerist og gengur.⁶⁶

Þarna hefur sundlaugin haft félagslegan tilgang, bæði fyrir börn og fullorðna, og verið vinsæll samkomustaður sveitunga.

Sú sérstaða sem sundlaugarnar hafa fram yfir aðra staði, þar sem fólk kemur saman eða hittist, er að þangað fer fólk að sínu eigin frumkvæði með það að markmiði að gera vel við sig á einhvern hátt og verja þar tíma. Fólk er oft

⁶⁵ KS 6.

⁶⁶ KS 3.

tilbúið til þess að spjalla og sækist jafnvel eftir því. Ásta telur að fólk sem kemur í pottana til þess að spjalla sé opið og frjálst og tilbúið að ræða um nánast hvað sem er. Svo séu auðvitað líka þeir sem ekki gefa kost á sér og kjósa frekar að halda sig utan við samræðurnar.⁶⁷ Munurinn á því að hitta einhvern í sundi eða hitta hann annars staðar er sá að í sundinu hefur fólk tíma til að spjalla og gefur sér tíma til þess. „Það er afslappaðra og meiri stemmning í pottinum, potturinn virkar vel á málbeinið, það er bara þannig“⁶⁸, segir Kristleifur. Lísbet er á sama máli:

Í sundi þá eru báðir að fara að sitja í heita pottinum og geta bara sest niður saman og spjallað. Og fólk kannski spjallar meira við fólk sem það þekkir lítið í, einmitt í sundi. Heldur en í búðinni, því þá ferðu bara að hugsa um mjólkina... Og þú hittir kannski einhvern í sundi sem þú mundir aldrei mæla þér mót við. Og þekkir hann ekkert það mikið, en þið byrjið að spjalla af því þið eruð bæði í sundi að slaka á.⁶⁹

Sundlaugarnar eru heppilegar sem félagslegur samkomustaður, þar eru aðstæðurnar heimilislegar og óformlegar og fólk ræður tíma sínum, hvenær það kemur og hvenær það fer. Sérstaða þeirra sem samkomustaður felst í því afslappaða andrúmslofti sem þar ríkir og aðstæðunum sem skapast, sem henta oft vel til þess að spjalla við náungann, rækta kunningskap eða jafnvel eignast nýja vini.

Viðmælendur mínir voru sammála um að sundlaugin hefði mikið gildi sem samkomustaður og þar væri gaman að hitta fólk sem maður hittir annars ekki oft og spjalla við það. Þeir höfðu bæði reynslu af því að mæla sér mót við aðra í sundi og eins að rekast óvart á fólk sem þeir þekkjá. Þeir hafa líka hitt fólk fyrir í sundi sem þeir þekktu mjög lítið eða jafnvel ekki neitt og átt við það spjall. Einn viðmælandi minn hafði reynslu af því að fara á stefnumót í sundi og sagði að það hefði verið skemmtileg tilbreyting og að báðir aðilar hefðu haft gaman að. Kristleifur segist oft koma við í sundlaugunum, t.d. í Reykjavík eða Borgarnesi ef hann á leið þar hjá, bara til þess að hitta aðra, jafnvel þó hann sé á heimleið og

⁶⁷ KS 2.

⁶⁸ KS 3.

⁶⁹ KS 4.

með eigin sundlaug í garðinum. „Maður hittir alltaf einhverja skemmtilega í pottinum“⁷⁰, segir Kristleifur.

3.2 Einkalaugin sem samkomustaður

Einkalaugar þjóna líka tilgangi sem samkomustaðir, en fyrir minni og yfirleitt nánari hóp heldur en almenningslaugar. Þetta getur auðvitað verið misjafnt og er að miklu leyti háð því hversu mikið fólk notar sína einkasundlaug. Í bókinni *The Springboard in the pond*, um sögu einkasundlauga í Bandaríkjunum, segir arkitektinn Thomas A. P. van Leeuwen muninn á einkalaugum og almenningslaugum vera minni háttar, það sé í rauninni bara stærðin og félagsleg virkni sem aðgreini þær.⁷¹ Félagsleg virkni verður til með fólkinu sem sækir laugina, fólk laðar að sér fleira fólk, og margir fara í sund meðal annars til þess að sýna sig og sjá aðra, eins og rætt var hér að ofan. Munurinn á félagslegri virkni almenningslauga og einkalauga felst einna helst í hópunum sem þær sækir.

Hópur er samkvæmt þjóðfræðinni skilgreindur sem tvær eða fleiri manneskjur sem eiga sér sameiginlegan sjóð sem allir þekkja, svo sem brandara, orðatiltæki, hefðir, siði, minningar, sögu eða efnismenningu, á borð við sundlaug. Flestir tilheyra mörgum hópum í senn, t.d. fjölskyldu, vinnufélögum eða vinahópum. Til þess að halda hópum saman þurfa þeir að hafa virkni, þ.e. eitthvað þarf að gerast eða vera í gangi innan hópsins.⁷² Hóparnir sem sækja einkalaug og almenningslaug eru ólíkir að því leyti að hópurinn sem sækir einkalaug er skapaður áður en laugin kemur til, t.d. fjölskylda. Þannig er það ekki laugin sem myndar hópinn, heldur verður hópurinn til á undan lauginni. Gestir almenningslauga eru hins vegar ókunnugir hver öðrum og það sem gerir þá að hóp er almenningslaugin sem þeir sækja, laugin kemur á undan hópnum. Félagsleg virkni almenningslauga og einkalauga er ólík vegna þess að fólkið innan hópanna tengist á ólíkan hátt. Í einkalaug er maður því annaðhvort einsamall eða með fólki sem maður þekkir vel, en í almenningslaug getur maður átt von á að hitta hvern sem er, hvort sem maður þekki hann eður ei.

Örn D. Jónsson líkir almenningslauginni sem samkomustað t.d. við torg á suðlægum slóðum, þar sem fólk hittist og ræðir um allt og ekkert, á heimilislegum

⁷⁰ KS 3.

⁷¹ van Leeuwen, *The Springboard in the pond*, 78.

⁷² Sims og Stephens, *Living folklore*, 35.

og þægilegum stað.⁷³ Til að útskýra nánar hvernig hóparnir sem sækja laugarnar hafa áhrif á félagslega virkni þeirra má bera einka- og almenningslaugina saman við torgið og einkagarðinn. Á torginu verður til nýr hópur sem á það sameiginlegt að koma þar saman, en í einkagarðinum hittast þeir sem búa í húsinu við garðinn og eru hópur fyrir, t.d. fjölskylda eða sambýlisfólk. Þannig verða samskipti þessara tveggja hópa ólík vegna mismunandi tengingar þeirra á milli.

Sundlaugin á Sturlureykjum er einkalaug sem er mikið notuð og hefur mikið félagslegt gildi. Hópurinn sem hana sækir, fjölskyldan á Sturlureykjum, vinir og vandamenn, er á vissan hátt bundinn saman með lauginni þrátt fyrir að laugin skapi ekki hópinn. Sundlaugin hefur verið mikið notuð allt frá því hún var byggð, fyrst af Guðjónu og Kristleifi sem byggðu laugina, og í dag af afkomendum þeirra, sem erfðu sundlaugina eftir þeirra dag. Sundlaugin er því orðin mikilvægur samkomustaður fjölskyldunnar þar sem algengt er að hitta einhvern, frænda, frænku, bróður eða systur, þegar farið er í pottinn eða laugina. Saga fjölskyldunnar er nátengd sundlauginni og henni tengjast margar góðar minningar. Barnabörn Guðjónu og Kristleifs, og nú barnabarnabörn, voru ekki gömul þegar þau fóru fyrst í sund og að vissu leyti hefur skapast hefð innan fjölskyldunnar tengd sundlauginni, þar sem hún er stunduð af öllum fjölskyldumeðlimum, allan ársins hring. Virkni fjölskyldunnar sem hóps tengist því sundlauginni að miklu leyti og hún hefur mikið félagslegt gildi.

Sundlaugar eru óformlegur og hversdagslegur vettvangur fyrir fólk að hittast og þær hafa mikla félagslega virkni, hvort tveggja einkalaugar og almenningslaugar. Munurinn á einkalaug og almenningslaug er sá að í einkalauginni hittir maður fólk sem maður þekkir vel, fólk sem hefur aðgang að sömu einkalaug og maður sjálfur. Í almenningslaug getur maður hitt hvern sem er hvenær sem er, jafnvel kynnst nýju fólki eða rifjað upp gömul kynni. Maður fréttir færra í einkalauginni en á móti er mögulega hægt að ræða persónulegri efni í fámenninu heldur en í fjölmennum almenningspotti. Þennan mun á umræðuefnum í einkalaug og almenningslaug fann ég fyrir í þátttökuathugunum mínum í Borgarnesi og á Sturlureykjum. Þar sem ég sat í fjölmennum almenningspottinum gat ég ekki annað en heyrt um hvað fólkið í kringum mig spjallaði, þrátt fyrir að ég tæki ekki þátt í samræðunum, nema þá sem hlustandi. Í einkalauginni hafði ég

⁷³ Örn D. Jónsson, Outdoor bathing in Iceland. The social aspects of energy utilization, 7.

aftur á móti varla þann kost að taka ekki þátt í spjallinu þar sem hópurinn var minni og nánari. Í einkalauginni gat ég líka rætt persónulegri hluti, því þar var enginn óvirkur þátttakandi sem sat og hlustaði. Munurinn er því talsverður, en bæði einkalaugin og almenningslaugin eru vettvangur þar sem fólk kemur saman og nýtur félagsskapar hvert við annað.

3.3 Sundfólkið og siðir þess

Segja má að fólk sem stundar sundlaugarnar reglulega verði hálfpartinn háð því og sundferðir eru orðnar fastur liður hjá mörgum og jafnvel hluti af lífsstíl fólks. Í BS verkefni Jóhanns Jóhannssonar og Róberts Arnars Birgissonar í íþróttافرæði frá árinu 2007, þar sem þeir gerðu könnun á sundvenjum fólks, kemur fram að flestir þeirra sem mættu í sundlaugarnar gerðu það að minnsta kosti 1-2 sinnum í viku og allt upp í 5-7 sinnum í viku. Svarendur sem mættu einu sinni eða sjaldnar í viku voru í miklum minnihluta.⁷⁴ Samkvæmt þessu má gera ráð fyrir að flestir sem á annað borð fara í sund, geri það reglulega, og stærstur hluti fólksins sem sækir laugarnar sé þar fastagestir – sundfólkið. Um fólkið sem sækir sundlaugarnar segir Ásta:

Þetta er svolítið þeir sem stunda sund og gera mikið af þessu og svo eru þeir sem dropa svona inn sem ferðamenn. Og ég held að það sé voða svipaður andi hjá fólki sem gerir mikið af þessu.⁷⁵

Þeir sem sækjast eftir því að fara í sund, hvort sem það er til þess að slaka á í pottinum eða synda í lauginni, gera gjarnan mikið af því og sundið verður oft að lífsstíl hjá þessu fólki. Kristleifur segist vera orðinn vanur því að fara í sund og finnst nauðsynlegt að komast í pottinn helst einu sinni dag:

Maður er eiginlega orðinn háður þessu, eftir öll þessi ár í sundi, þegar maður fer í sundlaug 350 daga á ári. Þá þarf maður aðeins að komast í pottinn, stundum syndir maður eitthvað, en það er nú meira bara grín svona.⁷⁶

Sundfólkið á sína siði og venjur og sundiðkunin er þeim mikils virði. Víða í sundlaugum eru ákveðnir sund- eða spjallhópar sem hittast á sama tíma, gjarnan

⁷⁴ Jóhann Jóhannsson og Róbert Arnar Birgisson, *Sundlaugavenjur Íslendinga*, 19.

⁷⁵ KS 2.

⁷⁶ KS 3.

á morgnana, og synda nokkrar ferðir og taka svo tal í pottinum. Samkvæmt Ástu og Kristleifi eru nokkrir slíkir hópar í sundlauginni í Borgarnesi, en þau tilheyra þó hvorugt slíkum hópi. Fyrir sundfólkið er sundferðin ákveðinn siður (e. ritual) og siðurinn hefur merkingu fyrir fólkið í samhengi við menningu þess eða samfélag. Á bak við siðinn er einhver hugsun og merking sem býr til hópa og samstöðu.⁷⁷ Þannig getur sá siður að fara reglulega í sund skapað hópa líkt og þá sem finna má t.d. í sundlauginni í Borgarnesi og haft fyrir þá ákveðna merkingu.

Örn D. Jónsson félagsfræðingur fjallar um einn slíkan sundhóp í bókinni *Geothermal living*.⁷⁸ Hjá þeim hópi er daglegur siður að koma saman í lauginni og fylgja þar reglum og venjum hópsins þar sem hver meðlimur þarf að framfylgja verkefni sem aðrir meðlimir hafa skilgreint. Meðlimir hópsins eru líka vigtaðir vikulega og fá ýmist lof eða last eftir því í hvora áttina vigtin færast. Með þessum sið skapast ákveðin stemmning innan hópsins sem varir meðan á laugarferðinni stendur.

Hér að ofan var stuttlega minnst á hið finnska gufubað, sánuna, og því líkt við heita potta á Íslandi sem svipaður hversdagslegur samkomustaður. Finnar eru frægir fyrir gufuböðin sín, þau eru eitt af einkennum þjóðarinnar, og gufuböðin hafa mikið félagslegt gildi, líkt og laugar og heitir pottar Íslendinga. Hinn finnski Pekka Leimu skrifar um finnska gufubaðið og sögu þess í einum kafla bókarinnar *Water, leisure & culture*.⁷⁹ Leimu segir að í finnsku gufuböðunum komi fólk saman, njóti hitans, baði sig og njóti um leið félagsskapar við aðra gesti og skiptist á nýjstu fréttum. Auk þess að hafa félagslegt gildi eru gufubaðsferðir líka orðnar siður hjá fólkinu sem sækir gufuböðin reglulega, þar sem baðferðin hefur einhverja merkingu fyrir fólk aðra en bara að baða sig. Áður fyrr voru gufuböðin t.d. hálfgerður þröskuldur á milli vinnuvikunnar og helgarinnar, þar sem fólk kom saman í gufunni og hreinsaði sig áður en það fór í helgarfríð.⁸⁰ Baðferðin varð þannig táknrænn gjörningur eða siður þar sem stigið var út úr vinnuvikunni og inn í helgina.

Finnsku gufuböðin má þannig bera saman við íslensku laugarnar að tvennu leyti. Í fyrsta lagi er heimsókn í bæði sánuna og pottana félagsleg og fólk fer þangað til þess að hitta annað fólk og sækja sér selskap. Í öðru lagi hafa bæði

⁷⁷ Schechner, *Performance studies: An introduction*, 52-53.

⁷⁸ Örn D. Jónsson, *Geothermal living*, 17 og 104.

⁷⁹ Leimu, *The Finnish sauna and its Finnishness*, 80.

⁸⁰ Leimu, *The Finnish sauna and its Finnishness*, 78.

íslenska laugin eða potturinn, og finnska sánan einhverja dýpri merkingu fyrir fólkið sem þangað fer, heimsóknin í laugina og sánuna er orðin ákveðinn siður í lífi fólksins og hefur fyrir það þýðingu, sem getur verið ólík á milli hópa eða einstaklinga. Það er því margt líkt með finnsku sánunni og íslenska pottinum eða lauginni og segja má að hvort tveggja skipi sér ákveðinn sess í menningu þjóðanna.

Sundlaugin er samverustaður og getur haft mikla þýðingu fyrir fólkið sem hana sækir. Í bæjum og sveitum víða um land skipar sundlaug staðarins ákveðinn sess sem samkomustaður og oftast hittir maður einhvern til að kjafta við í lauginni, sé maður í leit að félagsskap á annað borð. Hvort tveggja almenningslaugar og einkalaugar þjóna sem samkomustaðir, helsti munurinn eru hóparnir sem sækja laugar. Sá hópur sem stundar einkalaugar er myndaður áður en laugin kemur til, og er þannig bundinn nánari böndum, jafnvel blóðböndum. Hópurinn sem hittist í almenningslaug verður hins vegar til vegna laugarinnar, laugin verður það sem hópurinn á sameiginlegt. Þannig fara samskipti fólksins að miklu leyti eftir því hvernig það tengist hvert öðru. Fyrir marga sem sækja sundlaugar, hvort heldur sem er einka- eða almennings, hefur sundferðin einhverja þýðingu fyrir viðkomandi og mörgum sundgestum þykir lífið í lauginni svo ómissandi að það er orðið fastur liður í lífi þeirra og hefur fyrir þá ákveðna merkingu.

4 Sund fyrir kroppinn

Félagsskapurinn sem fólk nýtur í lauginni er góður fyrir sálina og veitir fólki andlega næringu, en í lauginni er líka gott að næra líkamann, bæði með hreyfingu og slökun. Fólk leitar sér heilsubótar í lauginni og heita pottinum og viðmælendur mínir voru sammála um að þeir kæmu endurnærðir úr sundi, hvort sem þeir færu þangað til þess að hreyfa sig eða slaka á. Hreyfing í vatni getur líka hentað þeim vel sem eiga erfitt með að stunda annars konar hreyfingu, t.d. vegna fötlunar eða sjúkdóma, og er hún mörgum afar nauðsynleg.⁸¹

Viðmælendur mínir voru allir sammála um að ein helsta ástæða þess að þeir færu í sund væri að leita sér heilsubótar eða hressingar, bæði fyrir líkama og sál. Í þessum kafla ætla ég að fjalla um hvernig sundið nærir líkamann, bæði með hreyfingu og afslöppun, og líta til þess hvernig fólk notar sundið sér til heilsubótar.

4.1 Afslöppun

Að sitja í heitum potti undir berum himni og láta áhyggjur og slen líða úr sér er góð tilfinning og slakandi fyrir líkamann. Viðmælendur mínir nefndu að stutt heimsókn í heita pottinn eftir annasaman dag væri endurnærandi og hefði mjög góð áhrif á líkamann og sálina um leið. Vilborg og Snorri segjast reyna að fara í laugina einu sinni á dag og þykir ansi dýrmætt að hafa heita laug við hliðina á húsinu.

Vilborg: Það er bara endurnærandi að fara í sund. Eða meira að segja þó maður setjist bara í pottinn og sitji í heita vatninu. Þá er fljótur að fara tíminn.

Snorri: Maður þarf náttúrulega að þvo sér af og til, og svo bara líður manni svo vel að fara í, láta líða úr sér gigtina og svona í heita vatninu. Horfa upp í himininn og hugleiða. Og horfa á stjörnurnar í leiðinni.⁸²

Snorri segist njóta þess að hugleiða í vatninu og gerir það sérstaklega þegar hann er einn í pottinum. Þar sé kyrrð og friður og veran í vatninu hafi róandi áhrif. Einvera og hugleiðsla í pottinum er andstæða við félagsskapinn sem margir sækja

⁸¹ Auðun Eiríksson, *Skólasund*, 121.

⁸² KS 1.

í í fjölmönnum almenningsslagum og fjallað var um í þriðja kafla. Því má segja að einveran og kyrrðin sé sérstaða einkalauga þar sem fólk getur notið þess að hafa sundlaugina út af fyrir sig og verið þar í friði frá öðru fólki.

Samverkun heita vatnsins og útiverunnar getur verið mikilvægur þáttur í stemmningunni sem skapast í heita pottinum. Laugarnar og pottarnir eru stundaðir allan ársins hring, hvernig sem viðrar, hvort sem það er sólskin og blíða eða frost og snjór. Vilborg og Snorri sögðust njóta þess að horfa upp í stjörnuþjartan himininn úr heitum pottinum og Lísbet var á sama máli:

Við förum fjölskyldan mjög oft í sund á kvöldin, bæði til að hitta sveitungana og við áttum það öll sameiginlegt að við komum oft á svona kyrrum stjörnuþjörtum vetrarkvöldum. Og slökktum öll ljósinn og nutum þess að horfa á stjörnur og norðurljós og ræða heimsmálin yfir því.⁸³

Þarna á Lísbet við sundlaugina á Húsafelli sem hún stundaði mikið með fjölskyldu sinni í æsku, oftast á veturna þegar minna var þar af ferðamönnum. Heimamenn gátu þá haft sína hentisemi upp að vissu marki, til dæmis slökkt öll ljós til þess að njóta stjarnanna betur. Lísbet segir það hafa verið mjög afslappandi að liggja í pottinum, horfa upp í himininn og njóta kyrrðarinnar.⁸⁴ Lísbet, Snorri og Vilborg minntust öll á að horfa á stjörnur á meðan þau væru í lauginni og finnst þeim mikilvægt að vera í snertingu við náttúruna þegar þau synda eða slaka á í pottinum. Að njóta þess að slaka á í heitu vatni undir berum himni og anda að sér fersku lofti má segja að sé eitt einkenni íslensku heitu pottanna en flestar laugar og pottar landsins eru utandyra.⁸⁵ Samverkun ferska loftsins og heita vatnsins hefur góð áhrif á líkamann og getur verið kærkomin hvíld í amstri hversdagsins. Tilfinningin er í rauninni einstök og heillar bæði fastagesti lauganna sem og ferðamenn.

Áhrifin af því að njóta hitans undir berum himni eru að flestra mati heilsuþættandi. Hrefna Kristmannsdóttir prófessor í jarðhitafræðum við Háskólann á Akureyri hefur rannsakað jarðhita og áhrif heits vatns á heilbrigði manna. Í skýrslu hennar og Sigríðar Halldórsdóttur prófessors í heilbrigðisfræðum, *Heitt vatn og heilbrigði*, sem unnin var fyrir Samorku (samtök orku og veitufyrirtækja á

⁸³ KS 4.

⁸⁴ KS 4.

⁸⁵ Sundlaugar fyrr og nú, 4.

Íslandi), kemur fram að sýnt hefur verið fram á að böð í heitu vatni hafi jákvæð áhrif á líkamann. Þar er jafnframt tekið fram að félagslegi þáttur heitu pottanna, þ.e. að hitta annað fólk og eiga við það spjall, sé ekki síður mikilvægur og því sé heimsókn í heita pottinn bæði andlegt og líkamlegt meðal.⁸⁶ Viðmælendur mínir voru á sama máli og sögðu aðspurðir að þeir færu í laugina og heita pottinn bæði fyrir líkamann og sálina.

Kristleifur: Bæði, alveg tvímælalaust. Bæði betra. Þetta mýkir upp skrokkinn eftir daginn að fara í sundlaugina og það er nauðsynlegt hvað það varðar. Og svo, jájá, hreinsar hugann og léttir lundina, þannig að þetta lífgar upp á sálina líka. Það er bara andlegt og líkamlegt meðal að fara í sund.⁸⁷

Í þátttökurannsókn minni í sundlauginni á Sturlureykjum og í Borgarnesi mátti glögglega sjá að margir sundgesta voru þangað komnir til þess að slaka á og stór hluti gesta var í heitu pottunum þar sem margir hverjir hölluðu sér aftur og nutu hvíldarinnar og hitans. Mun færri voru í lauginni að synda.⁸⁸ Ég fór í öll skiptin í laugarnar seinni part dagsins og á kvöldin og datt mér í hug að kannski kæmu þeir sem syntu og hreyfðu sig frekar á morgnana heldur en á kvöldin. Samkvæmt áður nefndu BS verkefni Jóhanns Jóhannssonar og Róberts Arnars Birgissonar í íþróttافرæði komu 59% svarenda ekki reglulega á sama tíma í laugina en 41% svarenda komu alltaf á svipuðum eða sama tíma.⁸⁹ Meirihlutinn virðist því koma í laugina á ólíkum tíma dagsins og því ekki hægt án nánari athugana að segja til um hvenær virkustu sundmennirnir eru í lauginni.

4.2 Hreyfing

Sundlaugarnar eru þó ekki aðeins fyrir þá sem vilja slaka á, heldur er þar einnig stunduð hreyfing og íþróttir af ýmsu tagi. Greinar eins og dýfingar, samhæfð sundfimi og sundknattleikur eru spennandi, en þekktara og meira stundað er þó hið hefðbundna sund sem allir þekkja. Sundið hefur marga kosti, það er þægileg íþrótt að stunda og eykur bæði þol og styrk. Hreyfingin í vatninu er góður kostur fyrir þá sem eiga erfitt með að stunda hreyfingu á þurru landi, því í vatninu verður

⁸⁶ Hrefna Kristmannsdóttir og Sigríður Halldórsdóttir, *Heitt vatn og heilbrigði*, 21.

⁸⁷ KS 3.

⁸⁸ KS 5; KS 6.

⁸⁹ Jóhann Jóhannsson og Róbert Arnar Birgisson, *Sundlaugavenjur Íslendinga*, 21.

maður næstum þyngdarlaus svo álag verður lítið á liði og vöðva og meiðsli eru fátið.⁹⁰ Í sundi notar iðkandi efri, neðri, hægri og vinstri hluta líkamans þannig að allur líkaminn starfar og styrkist. Flest öll hreyfing í vatni er einnig góð fyrir liðamót þar sem lítil hætta er á ofteygingu.⁹¹ Tölur úr BS verkefni Jóhanns og Róberts Arnars benda til þess að meirihuti sundgesta noti sund sem líkamsrækt með annarri hreyfingu. Þannig sögðust 69,9% svarenda nota sund sem hluta af annarri líkamsrækt, 14,6% notuðu eingöngu sund sem líkamsrækt og 15,5% sögðust ekki nota sund sem líkamsrækt.⁹²

Sund er íþrótt og sundlaugar eru gjarnan hluti af íþróttahúsum eða íþróttamiðstöðvum, líkt og sundlaugin í Borgarnesi. Í þátttökuathugun minni í sundlauginni í Borgarnesi tók ég strax eftir því að þetta var ekki bara sundlaug, heldur íþróttamiðstöð bæjarins. Húsið var fullt af lífi, þar voru margir krakkar sem voru líklega á leið til eða frá íþróttæfingu, í íþróttafötum og með vatnsbrúsa. Á veggjunum voru veggspjöld og auglýsingar með ýmsum heilsuheilræðum, t.d. um mikilvægi þess að drekka nóg vatn, um skaðsemi tóbaks og um mikilvægi hreyfingar. Þó að ég væri komin fyrst og fremst til að slaka á í pottinum skynjaði ég strax á umhverfinu að þarna væri fólk líka duglegt að hreyfa sig.⁹³

Ásta er ein þeirra sem sækja sundlaugar til þess að synda og hreyfa sig. Hún syndir og stundar sundleikfimi í Borgarnesi og finnst gott að hreyfa sig í vatninu. Hún kemur þó líka við í heita pottinum og spjallar við fólkið, en segist fara í sund helst til þess að hreyfa sig.⁹⁴ Aðrir viðmælendur mínir voru sammála um að það væri mjög hressandi að taka sprett í lauginni, en sögðust vera latir við það og það væri huggulegra að slaka á í heita pottinum.

Sundleikfimi og aðrar æfingar í vatni eru mikilvægur liður í endurhæfingu eftir slys og sjúkdóma eða sem líkamspjálfun fyrir fatlaða. Ástæða þess er meðal annars að vegna mótstöðu í vatninu verða hreyfingar hægari og auðveldara verður að stjórna álagi á líkamann.⁹⁵ Guðjóna á Sturlureykjum, sú sem byggði laugina þar árið 1975, notaði sína einkalaug mikið til þess að hreyfa sig í vatninu og gera sundæfingar, en hún var á sínum efri árum greind með Parkinson sjúkdóminn og

⁹⁰ Dieserud, *Þjálfun, heilsa, vellíðan*, 230-237.

⁹¹ Auðun Eiríksson, *Skólasund*, 111.

⁹² Jóhann Jóhannsson og Róbert Arnar Birgisson, *Sundlaugavenjur Íslendinga*, 22.

⁹³ KS 6.

⁹⁴ KS 2.

⁹⁵ Auðun Eiríksson, *Skólasund*, 121.

hreyfing var henni því mjög nauðsynleg. Guðjónu hentaði afar vel að hafa sundlaug í garðinum og að geta útbúið hana eftir sínum þörfum. Æfingar og hreyfing í vatninu hentuðu henni vel og eftir að hún greindist með sjúkdóminn var sundlaugin útbúin eftir hennar þörfum þegar sett var handrið á innri bakka hennar svo hægt væri að ganga með því og gera við það æfingar. Sundlaugin var Guðjónu þannig mikilvæg því þar stundaði hún sína heilsurækt og gerði sundæfingar sem skiptu miklu máli fyrir heilsu hennar.⁹⁶

4.3 Laugar til forna og lækningar

Þjóðinni er ekki ókunn sú nautn að liggja í heitum potti eða laug. Eins og áður kom fram er minnst á laugarferðir Íslendinga í heimildum eins og Landnámu, biskupasögum, Sturlungu og í Íslendingasögunum.⁹⁷ Ekki er ólíklegt að höfðingjar fyrri tíma hafi fundið fyrir sömu áhrifum af því að láta líða úr sér í heitri laug og við gerum nú í dag, þrátt fyrir að aðstæður séu talsvert ólíkar. Sveinn Þórðarson telur að laugarnar hafi í tímans rás verið notaðar til að auka hreinlæti, í félagslegum tilgangi, til lækninga og til að slá á fylgikvilla kuldans, svo sem kuldabólgu, blöðrubólgu, gigt eða kláða.⁹⁸

Í greininni „Heitar laugar á Íslandi til forna“, telur Jón Þorsteinsson gigtarlæknir upp nokkrar laugar sem minnst er á í fornsögum og hvernig þær voru notaðar. Jón segir líklegt að menn hafi farið í laugar heilsunnar vegna og telur t.d. sennilegt að Snorri Sturluson hafi þjáðst af þvagsýrugigt og þess vegna sótt í að baða sig í Snorralaug sér til heilsubótar. Einnig er talið að Egill Skallagrímsson hafi þjáðst af gigtarverkjum og þess vegna þótt gott að fara í heita laug, en síðustu orð Egils munu hafa verið „vil ek fara til laugar.“⁹⁹ Í viðtali við Morgunblaðið árið 1997 segir Jón að gigt hafa fylgt Íslendingum allt frá landnámstíð og aðal gigtarmedferðin hafi þá falist í böðum í heitum laugum og í þurraböðum.¹⁰⁰ Þurraböðin hafa verið nokkuð svipuð gufuböðum nútímans, nema hvað þau voru byggð yfir eða við hverina sjálfa. Í *Íslenskum þjóðháttum* lýsir Jónas Jónasson frá Hrafnagili þurraböðum svo: „Þau voru aðeins þar, sem heitar gufur lagði upp úr

⁹⁶ KS 1.

⁹⁷ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*, 39.

⁹⁸ Sveinn Þórðarson, *Auður úr iðrum jarðar*, 43.

⁹⁹ Jón Þorsteinsson, *Heitar laugar á Íslandi til forna*, 619.

¹⁰⁰ Heitu böðin notuð í fornöld, 1997, 8.

jörðu... Kofi var gerður yfir gufunni og lágu menn þar inni og svitnuðu ákaflega.¹⁰¹ Slíkt þurrabað var við hverinn á Sturlureykjum um aldamótin 1900, eins og áður hefur verið lýst, og var það notað til lækninga, einkum gigtarlækninga.¹⁰²

Baðlækningar hafa verið stundaðar um allan heim í langan tíma, þó skiptar skoðanir séu um virkni þeirra og áhrif. Ólafur Grímur Björnsson læknir birti umfjöllun um baðlækningar í riti sínu *Baðlækningar, læknávisindi og kúltúr*.¹⁰³ Þar kemur meðal annars fram að vatnsböð, þá einkum böð í heitu vatni, hafi áhrif á líkamann, svo sem á stoðkerfi, hjarta og æðakerfi, nýrnastarfsemi, lungnastarfsemi og tauga og hormónastarfsemi. Bað í steinefnaríku vatni hefur einnig reynst fólki með húðsjúkdóma á borð við psoriasis vel. Æfingar í vatni henta líka vel sjúklingum sem eru lamaðir, þjást af ýmsum sjúkdómsskivillum eða eru í endurhæfingu eftir aðgerð eða lækni meðferð, meðal annars vegna þess að líkami í vatni hvíli minna á stoðkerfinu en annars. Ólafur tekur þó fram að baðlækningar séu ekki til þess gerðar að lækna sjúkdóma, heldur frekar til þess fallnar að halda sjúkdómseinkennum niðri, enda séu þær oft hafðar við á sjúkdómum sem ekki er hægt að lækna til fulls.¹⁰⁴

Heit böð og gufuböð eru mikið stunduð til afslöppunar og til þess að losa líkamann við stress og aðra kvilla sem geta hrjád hann. Snorri segir að honum þyki gott að fara í heita pottinn, meðal annars til þess að láta gigtina líða úr sér. „Potturinn er náttúrulega bestur þegar maður er eitthvað krankur og er slæmur í skrokkinum. Hann er alltaf góður, en þá er hann náttúrulega alveg stórgóður“, segir Snorri.¹⁰⁵

Munurinn á einkalaugum og almenningslaugum hvað afslöppun og hreyfingu varðar er sennilega helstur sá að í einkalauginni er meiri friður og ró fyrir þá sem vilja slaka vel á og þar er hægt að skapa aðstæður eftir hentisemi hvers og eins, líkt og gert var fyrir Guðjónu í lauginni á Sturlureykjum. Í almenningslaug er þó yfirleitt meira pláss til að hreyfa sig og synda, auk þess sem þar er gjarnan boðið upp á skipulagða hreyfingu eða æfingar, líkt og þær sem Ásta stundar í Borgarnesi.

¹⁰¹ Jónas Jónasson, *Íslenskir þjóðhættir*, 322.

¹⁰² Kristleifur Þorsteinsson, *Úr byggðum Borgarfjarðar*, 207.

¹⁰³ Ólafur Grímur Björnsson, *Baðlækningar, læknávisindi og kúltúr*.

¹⁰⁴ Ólafur Grímur Björnsson, *Baðlækningar, læknávisindi og kúltúr*.

¹⁰⁵ KS 1.

4.4 Leikvöllur

Nú hef ég fjallað um sundlaugar sem samkomustaði, þar sem fólk hittist og ræðir málin, sem afslöppunarreit, þar sem fólk slappar af og nýtur hitans og sem íþróttasvæði, þar sem fólk syndir og stundar hreyfingu. Að lokum langar mig að fjalla um sundlaugina sem leikvöll. Arkitektinn Thomas A.P. van Leeuwen fjallar um ólíkan uppruna einka- og almenningslauga í Bandaríkjunum í bókinni *The Springboard in the pond*. Leeuwen segir að almenningslaugar hafi upprunalega verið gerðar til þess að kenna fólki að synda og síðar hafi þær verið notaðar til skemmtunar. Einkalaugar hafi aftur á móti strax verið ætlaðar eingöngu til skemmtunar. Einkalaugar voru skraut og gerðar til þess að leika sér við þær eða í þeim. Fyrstu einkalaugarnar í Bandaríkjunum, við lok 19. aldar, voru innilaugar, partur af híbýlum hinna ríku og efnuðu og voru þær ákveðið stöðutákn.¹⁰⁶ Sagnfræðingurinn Jeff Wiltse segir hins vegar í bókinni *Contested waters* að fyrstu almenningsundlaugarnar í Bandaríkjunum hafi verið gerðar einna helst til þess að baða fólkið, sér í lagi fátækari stéttir. Laugarnar urðu þó fljótt leikvöllur fyrir börn, sem ekki samræmdu áformum þeirra sem byggðu þær og einhverjum laugum var því lokað eftir aðeins nokkur ár þar sem yfirvöldum fannst of dýrt að halda uppi sundlaug til þess eins að börn gætu ærslast og leikið sér í þeim.¹⁰⁷

Sundlaugar á Íslandi eru líka leikvellir, en oft skipulagðar þannig að sundmenn hafi sitt svæði og þeir sem vilja leika sér, t.d. börn, hafi sínar busllaugar. Þessu tók ég eftir í þátttökuathugun minni í Borgarnesi, en þar léku börnin sér í einum potti og fullorðna fólkið sat og spjallaði í öðrum. Á Sturlureykjum er svæðið hins vegar ekki skipulagt með sama hætti og í Borgarnesi og þar léku sér allir úti um allt.¹⁰⁸ Það sem einkalaugin hefur fram yfir almenningslaugina sem leikvöllur, er að þangað má taka með sér allskonar dót og leikföng og hafa sína hentisemi. Ég minnst þess til dæmis þegar frændur mínir strengdu hengirúm þvert yfir sundlaugina á Sturlureykjum eitt sumarið, til að betrubæta sólbaðsaðstöðu laugarinnar. Það vakti mikla lukku þó vesenið við framkvæmdina hafi verið töluvert. Almenningslaugar hafa það þó fram yfir einkalaugar sem leikvöllur, að þar eru gjarnan stórar og smáar vatnsrennibrautir, sem börn jafnt sem fullorðnir hafa gaman af að renna sér niður.

¹⁰⁶ van Leeuwen, *The Springboard in the pond*, 78.

¹⁰⁷ Wiltse, *Contested waters*, 23.

¹⁰⁸ KS 5; KS 6.

Heimafólkið á Sturlureykjum er ánægt með laugina og telur ýmsa kosti felast í því að hafa einkasundlaug í garðinum fram yfir að sækja almenningslaugar. Snorri og Vilborg nefna t.d. að það sé þægilegt að geta farið hvenær sem er sólarhringsins og eins finnst þeim kostur að geta stillt hitann á heita pottinum eftir eigin hentisemi, en hann verður stundum vel heitur. Reglur séu einnig frjálsgri og hægt er að hafa ýmislegt með sér í laugina sem ekki má í almenningslaugum, t.d. leiktæki eða veitingar, auk þess sem hundarnir á bænum fá að fylgja húsbændum sínum að lauginni sem félagsskapur, þó að þeir fái ekki að fara ofan í. Annars finnst þeim líka gott að fara í almenningslaugar ef svo ber undir og segja að munurinn sé í rauninni ekki stórkostlegur.

Snorri: Það er alltaf gott að fara í laugina, hvort sem sem maður er á ferðalagi eða heima. En þetta er náttúrulega bara eins og að hoppa upp í einkabílinn sinn eða fara í strætó. Bara svona nærtækara og þægilegra, hægt að fara hvenær sem er.¹⁰⁹

Þessi samlíking Snorra er áhugaverð og má túlka þannig að notagildi sundlauga sé yfirleitt það sama hvort sem laugin er stór eða lítil, gerð fyrir almenning eða til einkanota. van Leeuwen segir að laugin sé birting arkitektúrsins til þess að uppfylla þörf mannsins fyrir að verða eitt með vatninu.¹¹⁰ Það sé grunnhugmyndin, en gerð og lögun laugarinnar verður svo til eftir frekari hugmyndum eða hentisemi fólksins. van Leeuwen segir að muninn á einkalaug og almenningslaug sé hægt að greina í gegnum arkitektúr lauganna, sem ákveðinn er eftir notagildi þeirra. Hann segir fyrstu almenningslaugarnar hafa verið byggðar til þess að kenna almenningi að synda, þær voru ferkantaðar og skipulagðar til þess að sem best væri að synda í þeim. Einkalaugarnar voru aftur á móti hannaðar með skemmtun í huga og gátu verið allavega í laginu eftir því.¹¹¹

Það er margt ólíkt með einkalaugum og almenningslaugum og þær geta verið notaðar í ólíkum tilgangi. Sumar laugar hafa vissa sérstöðu sem leikvellir, til dæmis laugar með flottar rennibrautir eða góða busllaug. Aðrar henta vel til afslöppunar, hafa þægilega formaða potta og rólegt umhverfi. Laugar eru allavega og þjóna fólki á mismunandi hátt, þrátt fyrir að grunnhugmyndin á bak við þær sé

¹⁰⁹ KS 1.

¹¹⁰ van Leeuwen, *The Springboard in the pond*, 2.

¹¹¹ van Leeuwen, *The Springboard in the pond*, 52.

yfirleitt svipuð, líkt og van Leeuwen bendir á. Helsti munurinn á einkalaug og almenningslaug er í grunninn mismunandi hópar sem laugarnar sækja – fjöldi fólksins sem hefur aðgang að lauginni og böndin sem tengir það innbyrðis áður en gengið er til laugar. Út frá fólkinu í lauginni verða svo til ýmsir þættir sem auka muninn á einkalaug og almenningslaug enn frekar, t.d. félagsleg virkni, stemmningin í lauginni, skráðar og óskráðar reglur, kyrrð og afslöppun í pottinum og aðstaða til hreyfingar og líkamsræktar.

5 Niðurlag

Áhugi minn á sundi og laugaferðum hefur alltaf verið mikill og mér hefur alltaf þótt gott að fara í sund. Segja má að heimsókn í sundlaugina, hvort sem er einkaeða almenningslaug, sé ákveðinn lúxus líkt og viðmælandi minn, Lísbet, orðaði það: „Þetta er ekki lífsnauðsynlegt. En voða gott. Þetta er svona lúxus mundi ég segja. Lúxus sem kostar lítið og er auðvelt að veita sér.“¹¹² Allir viðmælendur mínir voru sammála um að heimsókn í sundlaugina væri þeim mikilvæg og að hún væri góð fyrir bæði sál og líkama.

Á Íslandi má finna sundlaug í nánast hverjum bæ eða plássi og í kringum laugarnar verður til sérstök sundlaugamenning þar sem hinn skemmtilegi þjóðflokkur sundfólkið verður til. Fólkið sem sækir laugarnar gerir það af ólíkum ástæðum, einn daginn fer það og syndir en þann næsta situr það í pottinum og kjaftar við aðra sundgesti. Fólk fer í laugina á mismunandi tímum og er í lauginni í mislangan tíma í senn. Sundlaugar eru sívinsælar og eru þær jafnt sóttar af heimamönnum og ferðamönnum. Þjóðfræðaeftir sýni sundlauganna er af ýmsum toga: þar verða til hefðir og siðir, þar blómstra kjaftasögur og flökkusagnir og þar verða til hópar sem eiga sér sameiginlega siði og efnismenningu.

Ég hef í gegnum tíðina stundað tvær tegundir sundlauga, einkalaugar og almenningslaugar. Upplifun mín af þessum tveimur tegundum lauga er að mörgu leyti ólík og því fannst mér áhugavert að rannsaka í hverju munurinn felst. Í rannsókninni studdist ég að mestu við svör viðmælenda minna, sem hafa bæði reynslu af almenningslaugum og einkalaugum. Rannsóknarspurning verkefnisins var hver væri helsti munur á almennings- og einkalaugum og hvort fólk sæktist eftir sömu upplifun og færi í sama tilgangi í almenningslaugar og í einkalaugar. Til að finna svar við spurningunni ákvað ég að fara yfir nokkra þætti sem einkenna sundlaugar og greina þá eftir því hvort farið væri í einka- eða almenningslaug. Þeir þættir sem teknir voru til athugunar voru: andinn í lauginni, óskráðar og skráðar reglur sem gilda í lauginni, ólík líkamsmenning, laugin sem samkomustaður, sundfólkið og siðir þess, afslöppun og hreyfing í lauginni.

Ég byrjaði á að fjalla um andann og stemmninguna í laugunum og hvað það sé sem skapi stemmninguna. Niðurstaða mín er sú að það sé helst persónuleg

¹¹² KS 4.

tenging við laugina, aðrir sundgestir, umhverfi laugarinnar og saga hennar sem skapi andann og stemmninguna. Allir þessir þættir hafa samverkandi áhrif á að skapa andann, en áberandi var í svörum viðmælenda minna að persónuleg tenging þeirra við laugar hefur einna mest að segja. Það er þá reynsla sem þeir búa yfir sem hefur áhrif á upplifun þeirra af tiltekinni laug. Einnig var áberandi í svörum þeirra að fólkið í lauginni hefði áhrif á stemmninguna sem þar ríkti, til dæmis ef ákveðinn hópur væri í lauginni, svo sem skólakrakkar, þá skapaðist viss stemmning eftir því. Þá var farið yfir reglur sem gilda í lauginni, skráðar og óskráðar. Þörfin fyrir skráðar reglur er meiri í almenningslaugum heldur en í einkalaugum, því þar er fleira fólk og nauðsynlegt að halda ákveðnu skipulagi. Í almenningslaugum eru sundlaugaverðir sem fylgjast með því að skráðum reglum sé framfylgt, en í einkalauginni eru aðstæður frjálsari, minna um skráðar reglur og yfirleitt enginn sem fylgist með því að þeim sé framfylgt. Í hvort tveggja einka- og almenningslaugum gilda óskráðar reglur, sem flestir þekkja og fara eftir. Óskráðar reglur verða til útfrá almennri kurteisi og til að auðvelda samskipti sundgеста. Óskráðar reglur gilda jafnt í almenningslaugum sem einkalaugum og það eru sundgestirnir sjálfir sem sjá um að þeim sé framfylgt, á meðan sundlaugaverðir sjá til þess að skráðum reglum sé framfylgt.

Í þriðja kafla fór ég yfir sundlaugar sem samkomustaði og hvernig dagleg sundferð er orðinn síður hjá stórum hópi fólks. Sundlaugar hafa ákveðna sérstöðu sem samkomustaðir þar sem þeir eru hversdagslegir og þægilegir og þangað kemur fólk til þess að slaka á og verja tíma sínum. Margir fara í sund til þess að hitta aðra og sundlaugar í bæjum og sveitum skipa ákveðinn sess sem samkomustaður – það er alltaf hægt að kíkja í sundlaugina ef fólk er í leit að félagsskap. Einkalaugar þjóna líka sem samkomustaðir, en á annan hátt en almenningslaugar. Helsti munurinn á virkni einka- og almenningslauga sem félagslegur vettvangur er að hóparnir sem laugarnar sækir eru ólíkir að því leyti að í einkalauginni er hópurinn þegar til áður en í sundlaugina er farið, en í almenningslauginni eru gestir ókunnugir hver öðrum og það sem gerir þá að hóp er almenningslaugin sem þeir sækja. Fyrir marga, sem sækja sundlaugar reglulega, hefur laugarferðin ákveðna þýðingu og heimsókn í sundlaugina er fastur liður í lífi þeirra. Þar skiptir ekki máli hvort fólk fari í einka- eða almenningslaug, heldur er það sundferðin sjálf sem hefur þýðingu.

Í fjórða kafla ritgerðarinnar fór ég yfir líkamlegu hlið sundsins svo sem afslöppun og hreyfingu. Flestum þykir gott að slaka á í heitum potti og afslöppunin getur verið andstæða við félagslegu hliðina sem margir sækja í. Þannig hefur einkalaugin það fram yfir almenningslaugina að þar er gott að slaka á í rólegu umhverfi þar sem fáir eru, eða jafnvel að njóta einveru. Hreyfing er ein ástæða þess að fólk sækir laugarnar og að flestu leyti er svipað að hreyfa sig í einkalaug og í almenningslaug. Munurinn getur verið sá að almenningslaugar eru yfirleitt stærr og því meira pláss til að synda og hreyfa sig og henta þær betur að því leytinu.

Við vinnslu rannsóknarinnar kviknuðu ýmsar spurningar í tengslum við sundlaugar og sundiðkun, sem ekki verður svarað að svo stöddu, en áhugavert væri að rannsaka nánar. Einna mesta athygli mína vakti sá hópur sem ég kys að kalla sundfólkið. Sundfólkið eru fastagestir lauganna, það fer gjarnan í sund saman sem hópur eða mælir sér mót í lauginni. Fyrir sundfólkið er sundferðin ákveðin siður og hefur sem slíkur einhverja dýpri merkingu fyrir fólkið. Sundfólkið sem hópur býr yfir sameiginlegu þjóðfræðaeefni sem fróðlegt væri að rannsaka. Virkni sundhópanna mætti til dæmis greina eftir tilgangi þeirra, sem tengja mætti hugtökunum sið (e. ritual) og leik (e. play) sem nokkurs konar andstæðum. Einnig væri fróðlegt að rannsaka áhrif þátttöku í sundhópi á þá einstaklinga sem hópinn mynda.

Sundlaugar, sundiðkun og sundfólkið eru spennandi rannsóknarefni og líkt og er einkennandi fyrir flest efni innan þjóðfræðinnar, þekkja það nánast allir og geta tengt við það út frá sjálfum sér, þrátt fyrir að hafa ekki velt því fyrir sér sem mögulegu rannsóknarefni áður. Sundið er svo sannarlega vert að skoða nánar, enda má læra ýmislegt um mannfólkið af því hvernig það hagar sér í sundi, t.d. ef skoðaðar eru reglurnar og samskiptin í kringum þær eða mismunandi viðhorf til nektar í lauginni eftir ólíkri menningu fólksins sem hana sækir. Svo er þetta líka frábær afsökun fyrir að hanga í heita pottinum heilu og hálfu dagana og spjalla við fólkið, fréttu eitthvað nýtt og upplifa mismunandi anda lauganna.

Heimildaskrá

Prentaðar heimildir

Auðun Eiríksson. *Skólasund*. Reykjavík: Námsgagnastofnun, 2000.

Dewalt, Kathleen Musante. *Participant observation: A guide for fieldworkers*.

Walnut Creek CA: AltaMira Press, 2002.

Dieserud, Elbjörg J. *Þjálfun, heilsa, vellíðan: Kennslubók í líkamsrækt*. (2.

útgáfa). Þýðandi Anna Dóra Antonsdóttir. Reykjavík: Iðnú, 2000.

Heitu böðin notuð í fornöld. *Morgunblaðið*, 27. maí 1997, 8.

Hrefna Kristmannsdóttir og Sigríður Halldórsdóttir. *Heitt vatn og heilbrigði:*

Heilsufarsáhrif heitavatnsnotkunar á Íslandi. Akureyri: Háskólinn á Akureyri, 2008.

Jóhann Jóhannsson og Róbert Arnar Birgisson. *Sundlaugavenjur Íslendinga: Nota*

Íslendingar sund sem heilsurækt? Óbirt BSc ritgerð við Kennaraháskóla Íslands, Íþróttافرæði, 2007.

Jón Helgason. *Hundrað ár í Borgarnesi*. Reykjavík: Iðunn, 1967.

Jón Þorsteinsson. Heitar laugar á Íslandi til forna. *Læknablaðið*, 91, 2005, 617-621.

Jónas Jónasson. *Íslenzkir þjóðhættir*. (4. útgáfa). Reykjavík: Bókaútgáfan Opna, 2010.

Kristleifur Þorsteinsson. *Úr byggðum Borgarfjarðar*, II. bindi. Reykjavík: Ísafoldarverksmiðja hf., 1948.

van Leeuwen, Thomas A. P. *The Springboard in the pond: An intimate history of the swimming pool*. Boston: MIT Press, 1998.

- Leimu, Pekka. The finnish sauna and its finnishness. Í *Water, leisure & culture: European historical perspectives*. Ritstj. Susan C. Anderson og Bruce H. Tabb. Oxford: Berg, 2002.
- Ólafur Grímur Björnsson. *Baðlækningar, læknávisindi og kúltúr*. Reykjavík: Steindórsprent – Gutenberg, 2000.
- Pétur Blöndal. Þá voru þeir ekki eins vondir í skapinu, pólitíkusarnir. *Morgunblaðið*, 21. júní 2009, 26-27.
- Schechner, Richard. *Performance studies: An introduction*. (2. útgáfa). London og New York: Routledge, 2006.
- Scott, Susie. Reclothing the emperor: The swimming pool as a negotiated order. *Symbolic interaction*, 32, 2, 2009, 123-145.
- Scott, Susie. How to look good (nearly) naked: The performative regulation of the swimmer's body. *Body & society*, 16, 2, 2010, 143-168.
- Sims, Martha C. og Stephens, Martine. *Living folklore: An introduction to the study of people and their traditions*. Logan, Utah: Utah State University Press, 2005.
- Sundlaugar fyrr og nú. *Gangverk*, 2001, 4-6.
- Sveinn Þórðarson. *Auður úr iðrum jarðar: Saga hitaveitna og jarðhitánytingar á Íslandi*, XII. bindi. Safn til Iðnsögu Íslendinga. Ritstj. Ásgeir Ásgeirsson. Reykjavík: Hið íslenska bókmenntafélag, 1998.
- Umhverfið ræður úrslitum. *Gangverk*, 2001, 8-10.
- Wiltse, Jeff. *Contested waters: A social history of swimming pools in America*. Chapel Hill: University of North Carolina Press, 2007.
- Yow, Valerie Raleigh. *Recording oral history: A guide for the humanities and social sciences*. (2. útgáfa). Walnut Creek CA: AltaMira Press, 2005.

Borgils Guðmundsson. Upphaf sundkennslu í Borgarfirði. Í *Borgfirzk blanda: Sagnir og fróðleikur úr Mýra- og Borgarfjarðarsýslu*, 6. bindi. Ritstj. Bragi Þórðarson. Akranes: Hörpuútgáfan, 1982.

Örn D. Jónsson og Edward Huijbens. Félagsvist heita vatnsins. Í *Rannsóknir í félagsvísindum VI: Viðskipta- og hagfræðideild*. Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands, 2005.

Örn D. Jónsson. *Geothermal living*. Reykjavík: Háskólaútgáfan, 2009.

Örn D. Jónsson. Good clean fun: How the outdoor hot tub became the most frequented gathering place in Iceland. Í *Þjóðarspekillinn*. Ritstj. Ingjaldur Hannibalsson. Reykjavík: Félagsvísindastofnun Háskóla Íslands, 2010.

Örn D. Jónsson. Outdoor bathing in Iceland. The social aspects of energy utilization. Í *Making innovation work for society: Linking, leveraging and learning*. Kuala Lumpur, Malaysia: University of Malaya, 2010b.

Heimildir af netinu

Borgarbyggð. Sótt 12. febrúar 2013 á:

<http://borgarbyggd.is/starfsemi/ithrotta-og-aeskulydsmal/ithrottamidstodin-borgarnesi/>

Orkuveita Reykjavíkur. Sótt 12. febrúar 2013 á:

<http://www.or.is/Umhverfiogfraedsla/Utivistarsvaedi/Sundlaugarnar/>

Viðtöl

KS 1. Viðtal Katrínar Snorradóttur við Snorra Kristleifsson og Vilborgu Pétursdóttur 4. janúar 2013. Í vörslu höfundar.

KS 2. Viðtal Katrínar Snorradóttur við Ástu Sigurðardóttur 6. janúar 2013. Í vörslu höfundar.

KS 3. Viðtal Katrínar Snorradóttur við Kristleif Jónsson 12. janúar 2013. Í vörslu höfundar.

KS 4. Viðtal Katrínar Snorradóttur við Maríu Lísbetu Ólafsdóttur 5. febrúar 2013. Í vörslu höfundar.

Þátttökuathuganir

KS 5. Þátttökuathugun Katrínar Snorradóttur í sundlauginni á Sturlureykjum janúar – febrúar 2013. Í vörslu höfundar.

KS 6. Þátttökuathugun Katrínar Snorradóttur í sundlauginni í Borgarnesi janúar – febrúar 2013. Í vörslu höfundar.