

Ещё на заре человечества люди знали о целебных свойствах воды, мистически их осмысливая. Они верили, что омовение защищает от нечистой силы, происки которой вызывают болезни. Тогда все религии предписывали необходимость очищения тела путём совершения омовения.

Многие народы с древних времён использовали купание в гигиенических и закаливающих целях. Изречение древних индийских мудрецов гласит: «Десять преимуществ даёт омовение: 1.) ясность ума 2.) свежесть, 3.) бодрость, 4.) здоровье, 5.) силу, 6.) красоту, 7.) молодость, 8.) чистоту, 9.) приятный цвет кожи и 10.) внимание красивых женщин.