

С легким паром ПО-ЯПОНСКИ



Людям в современном мире, замученным суетой в погоне за успехом, признанием, благосостоянием, популярностью, – расслабиться и снять стресс жизненно необходимо.

ЯПОНСКАЯ БАНЯ уникальна – это эксклюзивный вид отдыха, – это то, что вам необходимо, чтобы отключиться от повседневных забот и погрузиться в чарующую самобытность Востока.

Исследования японских специалистов в области медицины утверждают, что посещение ЯПОНСКОЙ БАНИ помогает справиться со стрессами, улучшает кровообращение, является ценнейшим лечебным

и профилактическим средством. Ее рекомендуют при нарушениях обмена веществ, ревматических болях. Те, кто регулярно посещают баню, значительно меньше страдают заболеваниями верхних дыхательных путей. Японские спортсмены ценят ЯПОНСКУЮ БАНЮ как возможность набраться сил после тренировок и соревнований. ЯПОНСКАЯ БАНЯ помогает избавиться от усталости, восстановить силы и сохранить молодость кожи.

Чтобы лучше понять особенности банных традиций Страны восходящего солнца, обратим свой взор к ее истории, религии, климату.

Японцы с незапамятных времен с особым вниманием относились к гигиене: понятие физической грязи для последователей местной религии синто ассоциируется с уязвимостью для дурного глаза и болезнями. Еще древнейшие китайские хроники с изумлением отмечали, что их соседи обожают посидеть в естественных горячих источниках. Тщательно мыться каждый день – привычка, укоренившаяся у японцев на генетическом уровне.

Японские национальные бани, как и русские парные или финские сауны, приобрели свой нынешний облик еще в доисторические време-



на. Археологические находки свидетельствуют, что уже в первые века нашей эры японцы тщательно мылись смесью рисовой шелухи с древесной золой и после этого "проваривались" в деревянных бочках, наполненных горячей водой. В липкой духоте жаркого субтропического лета такая процедура дает великолепное ощущение свежести и чистоты, а холодными зимами она не менее успешно согревает и предохраняет от простуд.

Первые общественные бани были построены в Японии буддистскими монахами при храмах древней столицы страны Нара в VIII веке. Святые отцы бесплатно обеспечивали помывку бедного люда вплоть до XVI века, когда эта традиция приказала долго жить из-за бесконечных войн между самурайскими кланами. Войны прекратились после объединения страны под властью военных правителей-сегунов из рода Токугава, которые благословили в 1581 году создание в новой столице Эдо (нынешнем Токио) первой коммерческой бани современного типа.

Новинка имела оглушительный успех, и уже вскоре в городе действовало почти 600 платных помывочных заведений, быстро ставших главным местом общения для местной публики. В сущности, облик бани с тех пор в Японии практически не изменился.

Человек приходит туда с собственным тазиком, раньше деревянным, а ныне пластиковым, в котором несет все необходимое. Пройдя раздевалку, в общем банном зале японцы усаживаются на

низкие деревянные табуретки и тщательно, по нескольку раз моются с мылом и мочалкой. При этом считается хорошим тоном потереть спину пожилым людям. В баню многие приходят всей семьей, что выливается в трогательные картины коллективного намыливания: старший сын надраивает спину отцу, средний – старшему и т.д.

Современные японские бани делятся на фуру (домашние бани) и сэнто (общественные бани).

В японской бане в центре внимания всегда был бассейн "фуру", наполненный очень горячей водой, которая непривычному иностранцу может сначала показаться крутым кипятком. В фуру залезают абсолютно чистыми после тщательного мытья в тазике и подолгу ловят кайф за неторопливой беседой. В одном бассейне помещается до десяти человек – часто знакомых или соседей, с детства привыкших к своему "фуру". Кстати, именно неумение правильно пользоваться этим бассейном больше всего ставят в вину россиянам, которые якобы прыгают туда немывтыми и с молодежником гиканьем после хорошей выпивки.

Но задолго до широкого распространения сэнто (общественных бань) японцы успешно использовали для тех же целей природные горячие источники.

БАНИ, САУНЫ

Верхом романтики считается в Японии купание в "открытых фуру" – естественных резервуарах в скалах, наполненных целебной водой из горячих источников. Будучи расположенным в активной вулканической зоне, японский архипелаг нас-



читывает огромное количество геотермальных вод. Горячие источники – "онсэн" – богаты минеральными солями, но нередко бывает, что состав бьющей из-под земли воды ничем не отличается от обычного кипятка.

В настоящее время "онсэн" часто используются для подачи горячей воды в общественные бани. Но японцев тянет к источникам не столько лечебная сила подземных вод, сколько желание расслабиться после суетливой и напряженной городской жизни, возможность пообщаться с природой и ощутить единение с ней. К таким бассейнам люди едут за сотни километров. На



подземных источниках часто строят целые гостиничные комплексы с широким набором услуг, в т. ч. и банями. Только представьте – зимним вечером вы лежите в обжигающей, дышащей серой воде среди покрытых снегом камней на берегу моря и наблюдаете, как красный диск



БАНИ, САУНЫ



солнца медленно опускается за горизонт. Очень кстати тут будет и рюмка саке с подбавляющей закуской на деревянном подносе, тихо плавающим на поверхности естественного "фуру".

Горячие источники – излюбленное место, как самих японцев, так и любопытных туристов, оформляют в стиле традиционных японских садиков – с использованием камня, хвойных пород, бамбука. Поездки на онсэн с семьей, друзьями или в одиночку – едва ли не обязательный ритуал для многих японцев.

Церемония посещения ЯПОНСКОЙ БАНИ несет в себе огромный энергетический смысл и оздоровительный эффект. Встреча посетителей и доброжелательное приветствие сразу же настраивают на отдых и релаксацию.

Посетителя встречает прислужница – "юна". Проводит его сначала в комнату, где посетитель раздевается, потом принимает душ и проходит в баню. Окунается в одну из двух купелей. Внутри купели находятся скамейки, позволяющие разместиться полулежа.

Далее посетитель пересаживается во вторую фурако с более горячей водой. В воду добавляют океанические соли, помогающие расслабиться. Горячая соленая вода – отличная косметологическая процедура. А воздух, наполненный морской солью, – это профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.

Затем его проводят в ванну (офуру) с сухими теплыми опилками. Опилки перемешивают с различными эфирными маслами, которые хорошо впитываются в распаренную кожу, тем самым расслабляя нервную систему человека, ус-

покаивая кожу после водной процедуры. Эта процедура согревает и расслабляет.

После опилочной ванны посетителя провожают в офуру с сухой теплой морской галькой. Соли впитываясь в кожу, оказывают терапевтическое воздействие, а галька массирует тело. Также морскими камнями могут делать массаж.

После такой бани требуется отдых. Посетитель одевает халат, и его провожают в комнату отдыха, где его ждет чайная церемония. В комнате отдыха можно пить целебные отвары или зеленый чай, слушать приятную музыку и любоваться красивейшими пейзажами Японии по телевизору.

На основе учения Дзен культивировалась чайная церемония, имеющая для японцев огромное значение и по сей день. На архипелаг чай по-

пал только в VIII веке, его привезли буддийские монахи из Кореи и Китая. Великий мастер чайной церемонии Мурата Дзюко обогатил искусство чаепития философией и эстетикой дзен-буддизма. Он утверждал, что чайная церемония – это не просто употребление определенного напитка, а способ отрешиться от забот и тягот мира, почувствовать тишину и умиротворенность, познать истинную красоту и гармонию.

Интересно, что в отличие от русских, для которых посещение бани зачастую немислимо без последующего горячего чая с медом и малиной, японцы совершенно не связывают между собой эти два понятия. Все-таки в банях японцы моются, отдыхают, общаются, а чайная церемония для них – священный ритуал, имеющий свое особенное значение.





Во избежание последствий стресса люди чаще вспоминают о размеренном образе жизни, используют старые и ищут новые методы оздоровления, восстановления сил и бодрости духа. Горячая вода издревле считалась одним из лучших способов обрести свежие силы, красоту и поправить здоровье.

В XIII веке возвращающиеся из крестовых походов рыцари принесли с собой в Европу целый ряд восточных обычаев и обрядов. Таким образом, деревянная ванна (купель) оказалась в Европе и стала пользоваться спросом. Это была новинка, которую хотели иметь у себя дома богатые и знатные люди того времени.

Эти деревянные ванны получили в англоязычных странах название hot tub и кое-где сохранились в домашнем обиходе вплоть до середины XX века. Потом их вытеснили

металл и душ, но в конце прошлого столетия, в начале нынешнего в промышленности, выпускающей бондарные изделия, возник настоящий бум современных "хоттабов".

Деревянные фурако – купели в древние времена использовались для контрастных водных процедур. Мы предлагаем устанавливать купель рядом с парной, наливать ее холодной водой. И с плеском окунаться в нее после стоградусной сауны! Главным преимуществом такой купели является ее компактность и возможность размещения там, где вам необходимо: на даче, в русской бане, сауне или просто на садовом участке. Установленная рядом с сауной или русской баней, она может заменить бассейн. Тем, кому заурядное сидение в купели покажется недостаточным, можно предложить деревянную джакузи.

Представьте себе овальную бурлящую ванну из дерева "в ностальгическом исполнении". Что это значит? Прежде всего, это ручная работа. Ванна выполнена из высококачественной древесины дуба или лиственницы. А с увеличением срока службы купели становятся более темными – "морёными". Купели оснащаются воздушным бурлящим устройством. Устанавливать купели можно на улице под навесом и в помещении. Купели бывают двух форм – круглые и овальные, любого интересующего Вас размера. Возможен монтаж купели в любом помещении.

Можно оснастить купель таким оборудованием:

- Дровяная печь
- Автоматический нагрев воды
- Охладитель
- Гидромассаж
- Аэромассаж
- Хромотерапия
- Фильтр механической очистки воды
- Фильтр ультрафиолетовой очистки воды
- Подводную подсветку
- Систему звездный дождь (по периметру купели устанавливаются светодиоды для подсветки воды). Во время ночных посещений достаточно нажать на соответствующую кнопку, чтобы бассейн залило море света.

Сочетая вековые традиции бондарного ремесла и новейшие технологии при производстве купели, они будут служить Вам и Вашим внукам.

Людмила Филиппова
Фото предоставлены
ООО "О-Фуро"

