

## 疫情中的温泉

八角朱惠 上

从2020年早春开始人们就活在了新冠疫情的阴影下，时光无情地流逝，转眼迎来了2021年的初夏，而这场病毒与人类的大战至今仍在继续。

跟很多人一样，2019年是我自己最美好的一年。怀念美好的时光，就不能在漫长的疫情生活中消沉，趁此时机把自己归零，重新寻找一种生活方式，以增强免疫力，不负时光，不服病毒。

在抗疫生活中终于找到了既能充实自己，又能增强体质的好去处：温泉。家住埼玉县最南端紧邻东京都的所泽市，市里有两处天然温泉。由于不是有名的温泉，以前没有好好享用。而疫情中不敢享受远处的有名温泉，只好就近利用了。市里的温泉防疫措施做得很好，在大门口、柜台旁、浴室入口处……都放置了消毒酒精，柜台前工作人员严格确认体温。每隔一小时工作人员都带上消毒水进浴室、更衣室打扫消毒。而我更是小

心翼翼，每次都自带一小瓶酒精，把已经消过毒的更衣柜，又狠狠地用酒精喷雾一次，熏得自己眼睛辣辣的。我想，浴室里面湿度大，最不安全的应该是更衣室了。

室内的大浴池里安装了可以按摩腹部、背部、腰部、肩部与脚底等多种气泡喷口、喷头，还有电气按摩浴、低温蒸汽浴和桑拿浴等等，比一些有名温泉的浴池种类多。每一种浴池泡三、四分钟的话，挨个泡下来就要三十多分钟了。

室外的天然温泉被郁郁葱葱的树木环抱着，树龄都有一百多年了。虽然不是有名温泉，但水质并不差，看墙上贴的数据，钠离子、氯离子、偏硼酸等成分都超过了日本几大有名温泉。

光是浸泡在以上这些浴池里就已经消除了疲劳，放松了肌肉、美容护肤了。而我更喜欢蒸岩盘浴，觉得高温能够杀死病毒，比泡温泉更加安

全。

这里有多种矿石的岩盘浴，躺在加温至42度的矿石子与矿石板上，几分钟后全身汗如雨下。据说，岩盘石所发出的远红外线和高浓度的负离子，使人体皮肤深层大量出汗，能有效排出体内中性脂肪与毒素，降低血脂、减轻关节疼痛、消除疲劳、增加新陈代谢、促进细胞活性化、提高人体的自然治愈力。

初入岩盘浴只能坚持十多分钟，如今可以躺上一个小时，淋淋汗水也给全身上了一层护肤膜。最后冲洗干净，全身爽滑。每周一次从外到内清洗干净，回归自己，清醒大脑。坚持下来，感觉效果非常好，也坚信自己的免疫力在加强！

那日也在温泉里度过了数小时，跟往常一样，最后浸泡在温度不高碳酸浓度却很浓的浴池里解除疲劳。突然一个赤身裸体的小男孩儿跳进了浴池，我本能地用毛巾遮住自己的身体。

多年来在日本的温泉里经常看到小男孩儿随母亲跑进女浴池洗澡，习以为常了。小男孩儿在浴池中扑腾，溅起的水花让他更加兴奋。母

亲跟着进入浴池，急着阻止：“不要闹！不要闹！”泡在浴池里的女人们没有什么反应，半醒半睡似的目光呆滞着。我默默地泡在浴池里，悄悄地看着浮在水面上的小脑袋，暗暗地猜着他的年龄，大概是学龄前儿童吧！

“明天还要上学呢，别在浴池里泡太久了。”耳边又响起了他母亲的声音。原来这个孩子个子小年龄不小，我情不自禁地问他：“几年级了？”“二年级了。”他一边玩儿水一边回答。如今东京都规定10岁以上男女不得混浴，其他地方也有限制12岁以上的。我默默地想着，混浴就混浴吧，别遇到同班女生就好！因为日本友人藤野女士告诉过我，他先生小学四年级时跟着母亲进女浴室洗澡，没想到遇见了同班女生，让他害羞至今……

记得我刚搬到所泽市时，每天晚上7、8点钟都能听到隔壁邻居家的两个小女孩儿跟爸爸一起洗澡的说话声、笑声。因为邻居家的浴室窗口正对着我家院子。那时姐姐四岁、妹妹两岁，她们的父母都在日本大企业工作，每天晚上妈妈忙着做晚饭，爸爸忙着给两个女儿洗澡，一直洗到大女儿小学四年级，就再没听到浴室里的嬉闹声了。刚开始我

很惊讶！在中国，从女孩子有记忆开始一般不会跟父亲一起洗澡了。日本人喜欢泡澡，父女三人混浴时享受着家庭乐趣，也是父亲教育孩子的好时机。不同的文化造就不同的生活方式，后来我也入乡随俗了，生下儿子以后也带着儿子一起泡澡，直到他六岁上学为止。

岛国日本除了火山，其他资源贫乏。火山喷发后自然形成的温泉数不胜数，周围的住民就来利用这一资源了。从前也没有人经营管理，就这样形成了“混浴”。后来城市里出现了“汤屋”、“钱汤”，花钱泡汤，就是澡堂子。据说，江户时代就是男女混浴，日本有记录的最早的公共浴室混浴是在1591年左右，相当于中国的明朝时期。

1853年水师提督佩理率美国舰队打开了日本国门，目睹汤屋（公共澡堂）里男女满不在乎地混杂共浴，曾怀疑过日本人的道德感，并把这种怀疑记述在《日本远征记》里。1871年以后明治政府多次对混浴颁布了禁令，“于风俗不宜”。

如今日本还是有几处混浴温泉，多为保养温泉，泡浴治病，入浴时也比以前安全了。我没有体验过混浴，倒是想起了刚到东京时住处简

