

# Đi Tắm Suối Nước Nóng Onsen, Nhật Bản

Nhật Bản là nơi có hơn 3000 suối nước nóng - nhưng một nơi thần kỳ đến mức những người muốn tới đó phải mất 4 ngày, đi và về, để được đắm mình trong đó.

Nằm bên cạnh dòng Sông Kurobe ở sâu trong dãy núi Alps Nhật Bản, suối nước nóng nhỏ màu xanh đục mà tôi chuẩn bị nhúng ngón chân vào là một việc cũng bình thường. Một số xô màu vàng được dùng như chỗ để đồ giặt, và quần áo được đặt trên những tảng đá gần đó. Đây không phải là trải nghiệm spa sang chảnh - nhưng đó chính là vẻ đẹp của riêng nó.



Trong hơn 1000 năm, suối nước nóng tự nhiên - được gọi là Onsen - là một phần thiết yếu của cuộc sống Nhật Bản, làm sạch cả cơ thể lẫn tâm hồn. Có hơn 3000 Onsen để lựa chọn ở Nhật Bản. Giàu khoáng chất và có nguồn gốc trực tiếp từ 25.000 suối nước nóng sôi lục bục bên dưới bề mặt quần đảo địa nhiệt, nơi tắm cho trải nghiệm tinh tại của cá nhân và cộng đồng, khi gia đình, bạn bè và hàng xóm trút bỏ quần áo và cùng nhau bước vào nước bốc hơi nóng. Từ các spa thông minh ở nội thành đến các hang động bên bờ đại dương, mỗi nơi tắm nước nóng Onsen Nhật có nét quyến rũ nhất định - nhưng

một trong số đó ở một vị trí đặc biệt khác hẳn nơi khác.



Để ngâm mình trong nước phục hồi sức khỏe của Takamagahara, những người đi bộ phải đi 40 km xuyên qua rừng, dọc theo các con sông và qua các cao nguyên rất cao.

Được cho là nơi Onsen xa xôi nhất ở Nhật, Takamagahara (nghĩa là vùng đồng bằng cao của thiên đường) phải mất hai ngày mới tới được - một cuộc hành hương cho những người tắm cực đoan nhất. Để ngâm mình trong nước có tính phục hồi của nó ở công viên quốc gia Chubu-Sangaku, những người đi bộ và sùng Onsen phải đi vất vả 40km qua các rừng và dọc theo các con sông, leo các dốc cao và ngủ trong các túp lều biệt lập trên núi. Tuyến đi không dành cho người non kinh nghiệm: một chuyến thám hiểm thực sự, đòi hỏi sức chịu đựng về thể chất cũng như sự hiểu biết sâu sắc về khí hậu thất thường của miền núi.

Phần thưởng là một cụm nhà tắm khiêm tốn sâu trong một thung lũng nhiều đá. Mặc dù cảnh quan, khoáng chất và thiết kế là duy nhất đối với từng Onsen Nhật Bản, nhưng mỗi nơi đều có chung sự kết nối vô hình với thiên nhiên. Trong thế giới ngày càng đô thị hóa, không ngạc nhiên gì khi việc tắm ngoài trời, gọi là rotenburo, được tìm kiếm nhiều nhất, cho ta cái nhìn bao quát về bầu trời đầy sao và làn gió mát lạnh khi ngồi tựa trong nước giàu khoáng chất. Cách xa nền văn minh, được bao quanh bởi cây cối vùng núi và nghe róc rách nước chảy, nơi Takamagahara này là đỉnh cao của trải nghiệm tắm suối nước nóng ngoài trời rotenburo.



Ván gỗ bảo vệ hệ thực vật núi cao và tạo lối đi dễ dàng cho người đi bộ. Điện thoại không có sóng dọc theo đường mòn và thời tiết thường xuyên thay đổi.

Trong khi một chuyến đi bộ đường dài 4 ngày có vẻ cực đoan, nhưng truyền thống hành hương của Nhật Bản có từ nhiều thế kỷ trước- một ví dụ hoàn hảo về hành trình ngang bằng với đích đến, nếu không vượt quá. Có một lần được các người hành hương thời Edo đến đây thăm, những ngọn núi xung quanh Takamagahara đã được thần thánh hóa và được coi là sự biểu hiện của kami, tức thần linh của Thần đạo của Nhật.

Tôi phải tự thú rằng mình một người thích tắm Onsen, và vì vậy đây không phải là chuyến đi tắm Onsen Nhật Bản đầu tiên, nhưng chắc chắn lần này là mãnh liệt nhất. Từ trải nghiệm Onsen đầu tiên của tôi ở giữa mùa đông ở Hokkaido, bị sa đà vào cuộc trò chuyện hàng giờ ngâm mình và thư giãn với bạn bè, tôi mê Onsen ngay. Năm năm sau, với cái nóng của mùa hè đang tan biến, một chuyến leo núi đường dài có vẻ như sự giới thiệu hoàn hảo cho một mùa mới để đi tắm nước suối nóng. Tưởng tượng đến sườn núi xa xôi hoang dã không một bóng người - một sự tương phản nổi bật so với khu phố Tokyo sầm uất tôi ở - tôi bắt một chuyến tàu nhanh ban đêm đến Toyama và lên đường trên chuyến xe buýt đi uốn lượn 2 tiếng đến đầu tuyến đường mòn gần ngôi làng nhỏ Oritate vào sáng sớm hôm sau.



Một loạt các túp lều hẻo lánh trên núi, nơi những người đi bộ có thể ăn và ngủ, nằm rải rác trên đường mòn đến Onsen xa nhất của Nhật Bản.

Chỉ trong vài phút, việc leo ngược dốc đầy rễ cây quăn quýt và những con đường lổm chổm đá đã khẳng định danh tiếng ghê gớm của con đường mòn này. Cố gắng bắt kịp bạn đồng hành, tôi đi tiếp, hết hơi nhưng quyết tâm, theo con đường mòn hẹp đục trong đá. Nhiều người chào hỏi "Konnichiwa!" và "Hello" của 2 người phương Tây đột nhiên nhìn thấy, vậy chúng tôi không hề đơn độc.

Khi chúng tôi leo lên, sương mù lẩn phủ ngọn đồi, biến đổi hoàn toàn cảnh quan, chúng tôi mất tín hiệu điện thoại và cảm thấy mỗi liên kết cuối cùng với thế giới hàng ngày biến mất. Con đường đá đi ngược dốc sớm được thay thế bằng đường ván gỗ nhằm bảo vệ thảm thực vật vùng núi cao. Những tấm ván bị phong hóa là khác thường nhưng là cảnh đẹp rất ấn tượng, chạy vòng vèo về phía xa theo những sườn dốc, thu hút mắt ta nhìn theo. Chúng tôi bắt đầu phát hiện ra những đốm màu trên cỏ, những bông hoa cuối cùng của mùa hoa núi.



Khái niệm hadaka no tsukiai của Nhật Bản, (khỏa thân tập thể), được cho là để xóa bỏ rào cản và gắn kết quan hệ.

Đó là một trong những ngày cuối tuần cuối cùng trước khi các túp lều trên núi, gọi là yamagoya, đóng cửa nghỉ mùa đông. Những túp lều này - được trực thăng cung cấp hàng tháng và do các nhân viên ở tại chỗ quản lý - cho phép những người đi bộ khỏi phải mang theo những dụng cụ cắm trại nặng nề bằng cách cung cấp chỗ ngủ đơn giản và bữa ăn nấu tại chỗ. Là kết nối duy nhất với thế giới bên ngoài, các túp lều này là một mạng lưới quan trọng ở các dãy núi xa xôi này, cung cấp dự báo chi tiết và đề xuất tuyến đường nên đi dựa trên mô hình thời tiết và theo dõi người đi bộ để bao đảm không ai bị thất lạc. Khi chúng tôi đến lều yamagoya đầu tiên để nghỉ ngơi, Tarodaira, chúng tôi dừng lại để ăn món cà ri Nepal đơn giản và đổ đầy chai bằng nước núi tại vòi nước bên đường mòn.

Khung lều xiêu vẹo Yakushizawa để ngủ qua đêm của chúng tôi xuất hiện sau khi đi 12 Km nữa. Bị bào mòn qua nhiều năm sử dụng, túp lều còn vững chắc, chủ nhà gỗ các tấm gỗ để trấn an chúng tôi trong khi đưa chúng tôi vào nơi ngủ chung. Được lót bằng chiếu rơm và có chăn được xếp gọn, nơi này đơn giản và đã thấy khách qua đêm. Khi đứng nghỉ cho lại sức ở ban công nhìn xuống sông Kurobe, tôi thấy những người đi bộ, rõ ràng không biết mệt, tháo gỡ các cần câu đơn giản trước khi đi dọc theo bờ sông.



Hoa vùng núi và quả việt quất hoang dã đánh dấu con đường tới suối nước nóng ngoài trời của "đồng bằng cao của thiên đường".

Vào bữa tối, tempura giòn tan và những bát cơm được hấp từ một nồi ở trung tâm được phân phát cho từng khách. Món súp từ một chiếc bình chung và trà là trải nghiệm hoàn hảo, rồi các khách chúc mừng nhau bữa ăn ngon. Khi chúng tôi trò chuyện với những người ngồi bên, vai sát vai, lời chúc "kanpai" (cạn chén) vang lên, các cốc bia được nâng lên và cụng nhau theo nghi thức chung để xác nhận thành công. Với địa điểm cuối cùng phải đi tới, đây là một bữa tiệc chung phù hợp.

Một trong những niềm vui của nhà tắm công cộng là cơ hội kết nối chặt chẽ với bạn bè, gia đình hoặc đồng nghiệp. Ngâm mình cạnh nhau, người tắm có thể quên đi quan hệ thứ bậc của văn hóa Nhật Bản và nói chuyện cởi mở trong làn hơi nước của suối nóng. Khái niệm này, được gọi là hadaka no tsukiai, ("khỏa thân tập thể"), loại bỏ các rào cản và gắn kết quan hệ là điều không thể có được nếu không có sự thân mật khi tắm

chung. Khi mọi người đều trần truồng, mọi người đều bình đẳng. Thực tế, một bầu không khí thanh bình Onsen là dựa trên sự cân bằng tinh tế của một quy tắc xã hội bất thành văn. Từ việc tháo giày đến tắm cho sạch tại các nơi tắm riêng lẻ, nghi thức này sớm trở thành bản chất thứ hai - một sự trốn thoát sạch sẽ khỏi cái buồn tẻ của cuộc sống hàng ngày với từng giai đoạn.



Sáng hôm sau, chúng tôi dậy trước khi mặt trời mọc, cùng các bạn đi bộ ăn cơm với mận muối, súp và trứng bao. Chúng tôi cảm ơn chủ nhà và lên đường. Đi bộ trên các tấm ván gỗ và nhảy qua các các tấm bị sập hỏng, chúng tôi tiến dần về phía cao nguyên Kumanodaira và các cảnh quan nổi tiếng về phía các đỉnh núi ở xa xa.

Con đường mòn tiếp tục là gồ ghề mấp mô sỏi đá. Khi rẽ ở chỗ ngoặt, chúng tôi gặp hai người leo núi cao tuổi đang cẩn thận tiến sát hàng rào dọc tuyến đi. "Quả việt quất!" Họ kêu lên, chỉ vào một cành cây. Những người bạn tôi cho biết họ đi bộ trên dãy núi Alps Nhật Bản này hàng năm và cười khà khà khi tôi kêu chuyển đi là vất vả. Họ đã leo những ngọn núi này từ khi 10 tuổi và nói sau đó họ đã cùng nhau lên đỉnh K2 và Everest. Họ quả quyết rằng chúng tôi sẽ tận hưởng tốt việc tắm suối nóng Onsen, họ chúc chúng tôi khỏe mạnh khi tuyến đi của họ tách ra.

Leo thang và vượt qua những cây cầu hẹp, cuối cùng chúng tôi cũng đến được túp lều Takamagahara đơn giản và trông thấy các biển báo tắm Onsen. Chúng tôi bỏ túi xuống và đi xuống một con đường đá 20 phút về phía suối nước nóng nổi tiếng, phần chần trước viễn cảnh được hưởng thụ việc ngâm mình mong đợi mãi.

Mùi lưu huỳnh nóng - một mùi không thể thoát được nhưng là dễ chịu với những người đam mê Onsen - là dấu hiệu đầu tiên của suối nước nóng ẩn náu này. Trong khi hai bể tắm tách biệt giới tính của Takamagahara được che chắn bằng những vách tre đơn giản, thì một bể tắm thứ 3, hỗn hợp nam-nữ, nằm phơi ra ngoài trời ai ai cũng có thể nhìn thấy. Bể tắm hỗn hợp giới tính này, được gọi là konyoku, là phổ biến ở Nhật Bản cho đến thế kỷ 19, nhưng bây giờ Onsen nông thôn là những Onsen cuối cùng còn tiếp tục truyền thống này. Khi chúng tôi đến, trong làn nước xanh nhạt của bể tắm hỗn hợp đã có hai người đàn ông cao tuổi trần truồng ở đó.



Ngay bên kia đường, tôi thấy lối vào phòng tắm dành cho phụ nữ, nhưng tôi nán lại để trò chuyện với những người đi tắm, trong đó có một ông thừa nhận rằng mình là "người nghiện Onsen". Ông bảo rằng ông đã đi bộ 8 ngày từ quận Gifu để đến Takamagahara. Khi chúng tôi hỏi về nguồn gốc của quyết tâm đầy ẩn tượng này thì ông tuyên bố tình yêu của ông là rotenburo (tắm ngoài trời) và khoát tay chỉ vùng xung quanh. "Còn cái gì có thể hay hơn cái này?" ông hỏi.

Khi người bạn đi bộ cùng tôi tham gia cùng những người bạn mới quen, tôi lần đến phòng tắm nữ và thấy một bể bơi đơn giản có đá vây quanh và một khoang bằng gỗ để thay đồ. Tôi chỉ có một mình, được che chắn so với người tắm phía dưới, nhưng là mở rộng tầm nhìn về phía có cây cối và núi non. Tôi bước vào bể bơi có nước trong mờ, và hàng giờ đi bộ bỗng tan biến khi tôi chiêm ngưỡng những đỉnh núi đá ở phía xa. Sau đó, tôi ngâm sâu hơn, cho nước phủ hết vai.



*Cách xa nền văn minh, được bao quanh bởi cây vùng núi và nghe róc rách nước chảy, Takamagahara là đỉnh cao của trải nghiệm tắm suối nóng ngoài trời.*

Trước khi bắt đầu chuyến đi này, tôi đã từng nghĩ rằng việc "hòa mình vào thiên nhiên" có nghĩa chủ yếu là một mình mình ở trong thiên nhiên. Và vì tôi chưa bao giờ đến bất kỳ phòng tắm hỗn hợp konyoku nào còn lại của Nhật Bản, nên tôi chưa bao giờ thực sự cân nhắc việc tắm hỗn hợp này. Nhưng khi tôi vươn vai trong hơi nước, tôi nhớ đến cụm từ tiếng Nhật là "kachou fuugetsu". Mặc dù dịch theo nghĩa đen là "hoa, chim, gió, trăng," nhưng nó thể hiện tầm quan trọng của việc trải nghiệm vẻ đẹp thiên nhiên và tận dụng cơ hội này để tìm hiểu về bản thân mình.



Khi tôi nghĩ lại vô số khoảnh khắc của hadaka no tsukiai (khỏa thân tập thể) mà tôi đã trải nghiệm trong phòng tắm chỉ dành cho nữ và truyền thống lâu đời của Nhật về tắm lẫn cả nam nữ, tôi ngập ngừng bước ra khỏi bể bơi chỉ dành cho nữ và nhìn lần cuối vào chiếc khăn tắm. Với một cú văng nước từ những chiếc xô màu vàng, tôi nhúng ngón chân vào để theo cùng những người tắm khác và trải nghiệm cái tinh túy của

hạnh phúc Onsen cộng đồng trên đồng bằng cao của thiên đường ở Nhật Bản.

Lily Crossley-Baxter