サウナラボ名古屋で11月に受けたウィスキングの様子をレポート!

ある日、私は、森の中で魔女に出会いました…

ウィスキングのスタートはウィスキングマスターとの出会いから始まる。

チェックインをするために競輪場外車券売り場で長蛇となった男たちの列の隙間を縫いながら、サウナラボがあるグランドビルの8階へ向かう。エレベーターが開くと、外界を忘れたかのような牧歌的な音楽に包まれながら、頭には派手なフェルトのサウナハット、ベージュのワンピースをまとったウィスキングマスターが「お待ちしておりました」と笑顔で出迎えてくれる。ワンピースは鹿児島の泥染めの生地を使用しているとのことだ。

ウィスキングを受ける前に、お水を飲みながら今日使用するプライベートトリートメントで使用する3種類(黒糖・黒ゴマ・シナモンシュガー)から1つスクラブを選ぶ。スクラブは毎月受けると毎月変わり、ある日はコーヒー、ある日はハーブソルトなど様々だ。黒糖をすすめられたので、蜂蜜に黒糖を混ぜたものを使用することに。

服を脱いでフォレストサウナに入ると、白いシーツがかけられたサウナベッドに腰掛ける。11月は夏目さんから施術を受けたので、入って右のベッドへ腰かける。足元に置かれたオークのヴィヒタを踏みつける。

マスターはサウナ室内に入るとサウナストーブにロウリュウをする。朝いちばんのサウナ室は熱々。雨の日は湿気が多く、湿度が高めのサウナ室内になりやすい。電気ストーブを使用していても天候の変化に敏感なサウナストーブはどこか生き物のようだ。

目をつむり、じゅう〜っという音を聞くと心が解放していくようだ。

そのままマスターは両手にヴィヒタを握りしめ、“さわさわ”と温かい空気の布を身体に触れるか触れないかの間合いで風を送る。

その後は先ほど指定したスクラブ入り蜂蜜を使ったトリートメントでふくらはぎをマッサージしてもらう。リトアニアでは蜂蜜のトリートメントが主流だそうだ。

リトアニアでは、蜂に敬意を示していて、蜂が死んだ時も人間と同じように「死ぬ」ではなく「亡くなる」という表現を使うらしい。ウィスキングマスターが養蜂を同時に行う人もいるという話を以前に聞いた。

今度はオークのウィスクに顔をうずめてうつ伏せの体勢で寝転ぶ。まるで森の中にいるようだ。マスターは水に浸したウィスクをストーブで温めつつ、身体に熱を下ろしていく。ポムポムポムとリズミカルに叩かれる動きはまるで機械式洗車のようだ。ウィスクで撫でられたり、押し当てられたり様々なバリエーションで身体に熱が伝えられていく。

何のウィスクを使っているのか質問したところ、撫でたり押し当てる時は葉っぱが大きいオークを“ポンポン”という動作をするときは葉が小さい白樺を使用するなどウィスクの種類を動きによって使い分けているそうだ。

身体が熱くなってきたタイミングでウィスクにたっぷりと水を含ませ小雨のような雨粒が背中へ降り注ぐ。身体を起こされてアイスサウナでクールダウン。