

Japan Forum



Das monatliche
Informationsblatt
des Japanischen
Generalkonsulats
in Düsseldorf

Vol. 119 / Febr. 2005

JAPAN ist nicht nur für seine große Zahl an *onsen* bekannt - 2002 waren es Angaben des Umweltministeriums zufolge 26.796 (Stand: 31. März 2002), Tendenz steigend -, sondern auch für deren Vielfalt. Es heißt, man brauche nur weit genug in die Tiefe zu bohren - irgendwann stoße man schon auf eine heiße Quelle, und so werden Jahr für Jahr neue *onsen* erschlossen. Denn aufgrund seines Vulkanreichtums findet man heiße Quellen nahezu überall in Japan: auf Hokkaidō ebenso wie im Süden auf Okinawa. Dabei besitzt ein dampfendes *onsen* in kalten, schneereichen Regionen natürlich seinen ganz besonderen Reiz, den bekanntermaßen auch die Schneeaffen bzw. Japan-Makaken (*Nihon-zaru*) zu schätzen wissen; ihrer Vorliebe für ein heißes Bad ist die Entdeckung mancher Thermalquellen zu verdanken. Inzwischen kann der Erholungsuchende unter über 3.000 *onsen*-Badeorten (*onsen-chi*) wählen, die oft von mehreren Quellen gespeist werden.

DER Begriff *onsen* (温泉) bedeutet schlicht „heiße Quelle(n)“ - doch umfasst er weit mehr, als sich in wohltemperiertem Wasser aalen zu können. Den Besucher



Meotobuchi Onsen (Präf. Tochigi)
© Japan National Tourist Org.

erwarten darüber hinaus gerade in den häufig an *onsen*-Badeorten zu findenden traditionellen japanischen Gasthäusern (*ryokan*) zuvorkommende Gastfreundschaft, exzellente Küche und schönes Ambiente. Der Aufenthalt wird dadurch zum Balsam für Körper und Seele; Augen und Gaumen werden gleichermaßen erfreut. Wer sich etwas gönnen möchte, fährt daher gern in ein Thermalbad, um sich rundum verwöhnen zu lassen. Kein Wunder also, dass zu dem, was im Ausland lebende Japaner fern der Heimat besonders vermissen, der Besuch eines *onsen* zählt.

ARCHÄOLOGISCHE Funde zeigen, dass man in Japan bereits sehr früh heiße Quellen kannte und zu nutzen wusste. Auch in den ältesten erhaltenen historischen und topographischen Schriften *Kojiki* (712), *Nihon shoki* (720) und den *Fudoki* (8. Jh.) finden sie Erwähnung, und von Kronprinz Shōtoku Taishi (574-622) heißt es sogar, er habe Dōgo Onsen (Präf. Ehime), dem angeblich ältesten Thermalbad Japans, als Ausdruck seiner Wertschätzung einen Gedenkstein setzen lassen. Wir erfahren von *onsen*-Reisen der Kaiser, und spätestens in der Heian-Zeit (794-1192) erfreuten sich die heißen Quellen beim Hofadel ebenfalls großer Belieb-

Liebe JF-Leserinnen und -Leser,

wenn Sie in Japan diesem oder einem ähnlichen Symbol begegnen, ist das ein Hinweis auf eine der vielen heißen Quellen (*onsen*), die in ganz Japan zu finden sind. Dann sollten Sie überlegen, ob Sie nicht etwas Zeit für einen Abstecher erübrigen können, um sich einige Stunden vom Alltag zu erholen. Denn es gibt kaum etwas Schöneres, als in einem *onsen* zu entspannen und die Seele „baumeln“ zu lassen. Gern möchten wir Sie daher für einige Minuten in die Thermalbad-Kultur Japans entführen, soweit dies auf zwei kleinen Seiten möglich ist.



ONSEN

- wohlige Entspannung in heißen Quellen -

温泉



Auch Schneeaffen genießen das warme Nass...
© Japan National Tourist Organization (JNTO)

heit, sei es aus rituellem Anlass, ihrer Heilkraft wegen oder einfach zum Vergnügen. Die normale Bevölkerung hingegen hatte kaum Gelegenheit zu derartigen Besuchen, zumal Reisen damals sehr beschwerlich waren und Unterkünfte für einfache Leute fehlten. Immerhin boten die bereits 724 von dem Mönch Gyōki (668-749) in Arima (Präf. Hyōgo) etablierten buddhistischen Tempel erstmals Übernachtungs- und Betreuungsmöglichkeiten für Kranke, die bei den dortigen *onsen* Hilfe suchten. Tempel übernahmen in den nächsten Jahrhunderten auch weitgehend die *onsen*-Verwaltung.

UM die medizinische Heilkraft der Thermalquellen ranken sich allerlei Mythen und Legenden. Sie berichten von Shintō-Gottheiten, die dort wiederbelebt wurden, von wundersam genesenen Tieren und Menschen usw. Oft errichtete man dort aus Dank für die Heilung und als Zeichen der Verehrung Shintō-Schreine und buddhistische Tempel. Als *onsen*-Entdecker galten u.a. bedeutende buddhistische Mönche, aber auch Tiere - meist weiße Exemplare ihrer Art, ein Hinweis auf ihre enge Verbindung zu Gottheiten. Auf **Dōgo Onsen** soll man durch einen verletzten weißen Reiher aufmerksam geworden sein, der immer wieder dorthin kam, um seine Beine im Wasser zu baden, bis die Wunden verheilt waren. Ähnliches erzählt man über die heißen Quellen in **Nasu** (Präf. Tochigi), in denen ein angeschossener weißer Hirsch Linderung fand und sie daraufhin von seinem Jäger aufgespürt wurden.

MIT Erstarken des Kriegerturns setzte eine Säkularisierung des Badewesens ein. Bereits in den Auseinandersetzungen zwischen den Genji/Minamoto und Heike/Taira im 12. Jahrhundert hatten die Samurai ihre Verletzungen in *onsen* behandelt; in der „Zeit der kämpfenden Staaten“ (*sengoku-jidai*, 1477-1573) wurden sie verstärkt frequentiert, wussten die Krieger doch nun die Heilkraft des Wassers besonders zu schätzen. Der bedeutende Feldherr

TAKEDA Shingen (1521-1573) sorgte gezielt dafür, dass die Verwundeten seiner Armee ihre Blessuren an verborgenen *onsen*-Standorten in Ruhe auskurieren konnten. In der Edo-Zeit (1603-1867), als die Lehnsfürsten ab 1634 regelmäßig der Shōgunatsregierung in Edo, dem heutigen Tōkyō, ihre Aufwartung machen mussten (*sankin kōtai*), wurden die Hauptverkehrswege ausgebaut; auch der innere Friede und zunehmende Wohlstand verbesserten die Reisebedingungen. Die einfachere Bevölkerung brach immer häufiger zu Thermalquellen auf, zumal private Reisen zwar offiziell nicht zulässig waren, für Wallfahrten und Badereisen jedoch oft eine Sondererlaubnis erteilt wurde. Selbst die weitab der großen Straßen in gebirgigen Regionen liegenden *onsen* wurden allmählich leichter zugänglich. Es entstanden *onsen*-Siedlungen, die sich mit entsprechenden Unterkünften und Geschäften zunehmend auf die Bedürfnisse der wachsenden Gästeschar einstellten, Badevorschriften regelten das Miteinander, und die Feudalherren, denen die Thermalquellen inzwischen unterstanden, erhoben Badesteuer.

MIT der Liberalisierung der Meiji-Zeit (1868-1912) und dem Bau der Eisenbahn begann der Badetourismus in größerem Stil, *onsen*-Führer wurden publiziert, und der Wunsch nach Komfort wuchs. Zugleich untersuchte man nun die medizinische Wirkung der Thermalquellen. Eine wichtige Rolle spielte der deutsche Arzt Erwin von Bälz (1849-1913), der sich vor allem für die Therapieformen im mitten in den Bergen gelegenen **Kusatsu** (Präf. Gunma) interessierte, das für seine Heilwirkung besonders berühmt ist. Es heißt, Liebeskummer sei die einzige Krankheit, die sich in Kusatsu nicht heilen lasse. Selbst Lepra, Syphilis und ähnlich schwere Leiden sollen dort erfolgreich behandelt worden sein.

3½ Autostunden von Tōkyō entfernt, kommen heutzutage rund 3 Mio. Besucher jährlich nach Kusatsu, dem stetsten Blubberer, Schwefelgeruch und aufstei-



Yubata Onsen, Kusatsu (Präf. Gunma)
© JNTO

gender Dampf eine unverwechselbare Atmosphäre verleihen. Zur Abkühlung wird das mindestens 55°C heiße Wasser über hölzerne Becken in die Gasthäuser geleitet. Einst wälzte man dann beim traditionellen, für Kusatsu typischen *yumomi* - heute nur noch als Touristenattraktion vorgeführt - das Wasser mit langen, schmalen Brettern um, ehe man sich durch Übergießen an die extreme Temperatur gewöhnte und dann für maximal 3 Minuten ins Becken stieg, was man bei einer Langzeit-Therapie mehrfach täglich wiederholte.



Shirahone Onsen (Präf. Nagano)
© Japan National Tourist Organization (JNTO)

In den meisten *onsen* verbringt man jedoch längere Zeit im warmen Wasser. Im Mittelpunkt steht die Erholung, man plaudert mit Freunden oder genießt die Ruhe und entspannt sich. Inzwischen spielt die Heilbehandlung, die über viele Jahrhunderte Vorrang hatte, für die meisten Besucher nur noch eine untergeordnete Rolle. Aber bereits in der Heian-Zeit ging man davon aus, dass heiße Quellen nicht nur bei körperlichen, sondern auch bei seelischen Leiden - sogar bei „Besessenheit“ - helfen können. Inzwischen ist längst medizinisch nachgewiesen, dass Thermalwasser viele nützliche Mineralien enthält, deren positive Wirkung auf den Körper durch die Wärme zusätzlich gesteigert wird. Sachgemäßes Baden in einem *onsen* verbessert die Blutzirkulation und stärkt die Widerstandskräfte, und in der Tat vermag das Thermalwasser je nach Zusammensetzung bei verschiedenen Krankheiten Linderung verschaffen, u.a. bei Neurodermitis, Herzproblemen und Rheuma - selbst edle Rennpferde mit Gelenk-, Sehnen- und Bänderproblemen werden mit Thermalwasser behandelt. Daher müssen als „Naturbäder“ bezeichnete *onsen* einen bestimmten Mineralgehalt sowie eine Mindesttemperatur aufweisen. Dass allerdings manche Badbetreiber kürzlich diesbezüglich etwas „nachgeholfen“ bzw. falsche Angaben gemacht haben, hat die Wogen der Entrüstung in der japanischen Bevölkerung hoch schlagen lassen. Inzwischen wurde vom Umweltministerium eine Überprüfung aller *onsen* angekündigt, um die Einhaltung der Kriterien sicher zu stellen.

NEBEN der Qualität der Thermalquelle selber ist allerdings auch die Atmosphäre eines *onsen*-Aufenthaltes von großer Bedeutung. Typisch für viele Thermalbäder ist die enge Verbindung zwischen traditionellem Gasthaus (*ryokan*) und *onsen* und die ausgesprochene Gastlichkeit, die den Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis macht. Neuankommlinge werden gewöhnlich von der Wirtin (*o-kamisan*) persönlich begrüßt, die es sich am Ende des Aufenthalts auch nicht nehmen lässt, einen wieder zu verabschieden. Das traditionell japanisch eingerichtete Zimmer ist sorgfältig für die Gäste vorbereitet und liebevoll dekoriert. Spätestens mit dem Betreten der Tatami und dem Blick nach draußen in den schön

gestalteten Garten taucht man in eine andere Welt voller Ruhe und Ästhetik ein und spürt, wie Stress und Alltagssorgen sich verflüchtigen. Besonders attraktiv sind die in die Natur eingebetteten Außenbecken (**rotenburo**), bei denen man im heißen Wasser sitzen und dabei die Umgebung unmittelbar genießen kann. Allerdings sollte sich der *onsen*-Neuling nicht zu viel auf einmal zumuten, da je nach Temperatur und Konsistenz des Wassers der Kreislauf des Badenden einigen Belastungen ausgesetzt ist. Um überdies die anderen Gäste nicht durch falsches Verhalten vor den Kopf zu stoßen, empfiehlt es sich zudem, sich im Voraus über die japanischen Badesitten zu informieren (s. Hinweis unten rechts).

EINST badeten Männer und Frauen oft zusammen, doch unter dem Einfluss des amerikanischen Puritanismus wurde später in vielen *onsen* die Geschlechtertrennung eingeführt, so dass Männer und Frauen in separaten Baderäumen oder zu unterschiedlichen Zeiten die heißen Quellen besuchen mussten. Dies gilt überwiegend bis heute, neuerdings gibt es aber mancherorts die Möglichkeit, für eine Familie oder Gruppe einen Raum mit eigenem *onsen*-Becken zu mieten, so dass der gesellige Kreis nicht auseinander gerissen wird.

EIN wichtiger Bestandteil der *onsen*-Reise, der erheblich zum Wohlbefinden beiträgt, ist das Essen, das einen im *ryokan* erwartet: kulinarische Köstlichkeiten - oft lokale Spezialitäten - verwöhnen den Gast und sind dabei so ansprechend angerichtet, dass sich das Auge kaum satt sehen kann. Weitere Delikatessen sind z.B. die in Thermalwasser bei ca. 65-70°C gekochten Eier (*onsen-tamago*) und die *onsen-manjū*, kleine, wohlgeschmeckende Küchlein, deren Duft den entspannt dahinschlendernden Touristen besonders verlockend in die Nase steigt.



Köstlichkeiten in Wakura Onsen (Präf. Ishikawa)
© Japan National Tourist Organization (JNTO)

ALS Mitte der 1980-er Jahre ein regelrechter *onsen*-Boom einsetzte, reisten ganze Abteilungen oder Jahrgänge einer Firma in ein Thermalbad, was das Zusammengehörigkeitsgefühl innerhalb des Unternehmens stärkte und zugleich den Bau riesiger *onsen*-Hotels initiierte, um die erholungssuchenden Menschenmassen ihren Bedürfnissen entsprechend unterbringen zu können. Inzwischen geht der Trend jedoch eher zu kleinen, überschaubaren *ryokan* mit ihrer ganz eigenen, individuellen Atmosphäre. Zugleich hat sich die Vielfalt des *onsen*-Angebotes deutlich erweitert und trägt damit den heutigen Wünschen der Bevölkerung und dem veränderten Lebensstil Rechnung. Einige *onsen* dienen vorrangig der Entspannung, bei anderen liegt der Schwerpunkt auf der medizinischen Behandlung bzw. Kur, andere wiederum verfügen zusätzlich über ein umfangreiches Wellness-Programm. Gerade bei jungen Leuten und gestressten Büroangestellten erfreuen sich



Yunotaki Onsen in Ashoro (Präf. Hokkaidō)
© Japan National Tourist Organization (JNTO)

riesige Bäderkomplexe mitten in der Großstadt wachsender Beliebtheit, die zusätzliche Attraktionen anbieten und die Besucher für einige Stunden in eine andere Welt versetzen. So gibt es inzwischen in Tōkyō Bade-Erlebnisswelten wie das Heiwajima Onsen Kurhaus in Ōta-ku mit 12 verschiedenen Becken - darunter einem *rotenburo* mit Seewasser aus dem Pazifik -, das Toshimaen Niwa-no-Yu in Nerima-ku und das aus 1.700m Tiefe gespeiste **Spa La-Qua** beim großen Baseballstadion Tokyo Dome in Suidōbashi, die beide bei einem Vergnügungspark liegen, so dass man vor Eintritt in die Ruheoase eine rasante Fahrt mit der Achterbahn unternehmen kann. Eine besondere Atmosphäre bietet das auf Odaiba in der Bucht von Tōkyō gelegene „**Ō-Edo Onsen Monogatari**“, das im Stile öffentlicher Badehäuser der Edo-Zeit gestaltet ist und zu einer kleinen Reise in vergangene Jahrhunderte einlädt. Hier stammt das Wasser aus einer 1.400m tief gelegenen Thermalquelle. Neben mehreren Badetrakten im Innen- und Außenbereich und verschiedensten Anwendungen (Sandbädern, Dampfbädern, Massagen etc.) erwarten den Gast Gaumenfreuden in zahlreichen Restaurants, ein Viertel mit Geschäften und andere Unterhaltungsmöglichkeiten. Zu allem Überfluss ist mit dem **Dog Petit Resort** eine Badeoase für Hunde angeschlossen. So lohnt es sich, im obligatorischen Baumwoll-Kimono (*yukata*), der jedem Gast beim Betreten der Anlage gestellt wird, das Gelände ausführlich zu erforschen, was dank englischer Beschilderung und Englisch sprechenden Personals auch westlichen Ausländern problemlos möglich ist.

DERARTIG extravagante Badefreuden sind keineswegs zu einem Schnäppchenpreis zu haben. Sie können z.Zt. bis zu 2.700 Yen (ca. 20,- Euro) kosten - und das gilt eventuell nur für einige Stunden. Inzwischen kann man als Dauer-Alternative „Spa-Appartments“ kaufen, wie sie derzeit in Tōkyō und Umgebung errichtet werden; bei ihnen gehört ein Bad mit natürlichem Quellwasser, das auf wohlige 42°C erhitzt wird, zur Ausstattung! Wer sich diese Immobilie oder eine Reise zu einem Thermalbadeort nicht leisten kann, hat dennoch die Möglichkeit, sich ersatzweise mit einer Art „Instant-*onsen*“ zu bescheiden und das *onsen*-Gefühl ins traute Heim zu holen: mit einem pulverförmigen Badezusatz, der in seiner Zusammensetzung der Mineralstoffe und in der Wasserfarbe derjenigen des betreffenden Thermalortes entspricht und dem Badenden die Illusion vermittelt, tatsächlich mitten in besagter Quelle zu sitzen. Lassen Sie sich dennoch sagen: Nichts geht über eine echte *onsen*-Erfahrung!

Zahlen & Fakten und Verhaltensregeln:
<http://web-japan.org/nipponia/nipponia26/en/feature/feature12.html>