

Japan unter Dampf

Text FRANÇOISE HAUSER



RUND ZWANZIGTAUSEND HEISSE QUELLEN BLUBBERN UND SPRUDELN IM JAPANISCHEN INSELREICH. KEIN WUNDER, DASS DAS BAD IN DEN **ONSEN-THERMEN** ALS URJAPANISCHES FREIZEITVERGNÜGEN GILT. UND ALS GESUNDES DAZU!

Es dampft und brodelt, in der Luft hängt der dezente Duft von Limonen. Hin und wieder lichtet ein kühler Luftzug den Dampf, gibt den Blick frei auf einige wenige Besucher des Badebeckens. Ein wohliger Seufzer, leises Wasserplätschern – nur das Rauschen des Hirose-Flusses vor dem Fenster unterbricht die Stille. Wer im Onsen von Sakunami in die heißen Fluten sinkt, sucht die Erholung vom Alltag, die totale Entspannung. Und wird fündig.

ÜBERSETZT BEDEUTET ONSEN schlicht „heiße Quelle“ – und steht doch für ein ganzes Erholungskonzept, das auch Nicht-Japaner nach nur einem Besuch geradezu abhängig macht. Der Kern: Baden hat erst einmal wenig mit Säubern zu tun. Die nötige Körperpflege erledigt der Besucher des Onsens noch vor dem Bad. Viel wichtiger ist die völlige Entspannung von Körper und Geist zugleich: Beruf und Alltag in Japan fordern viel Einsatz und Anpassungsgabe. Im Onsen freilich entdeckt Japan seine Verbundenheit mit der Natur. Während die mehr als 40°C heißen gemeinschaftlichen Thermalbecken auch die härteste Muskelverspannung geradezu wegschmelzen, darf der Blick über die Landschaft wandern. Das entspannt den Geist, lädt ihn ein zum Träumen und reinigt die Seele. So kommt es, dass Onsenbäder eigentlich immer an landschaftlich schöner Stelle liegen, oft an rauschenden Bächen oder malerischen Seen. Wohl auch aus diesem Grund hat Kitsch in den Onsen nichts zu suchen. Geschmackvoll, unaufdringlich und architektonisch meist traditionell, sind sie vor allem in Holz und Stein gehalten.

Onsen sind nicht zum Reinigen da – in die heißen Quellen taucht man sauber ein. Vorher wäscht man den Körper an Waschstationen, abgespült wird mit einem Holzbottich



SO FERN MÖGLICH, VERFÜGT JEDES ONSEN auch über eine „Rotemburo“-Außenanlage. Hinter dem Begriff verbergen sich romantische Fels-Pools inmitten japanischer Gärten. Egal ob unter rosa Kirschblüten oder rotem Ahorn, auch hier ist die Aussicht liebevoll gestaltet, kein Grashalm dem Zufall überlassen. Schon bei der Planung achten die Gärtner darauf, dass dem Auge zu jeder Jahreszeit eine harmonische Aussicht geboten wird. Besonders im Winter, der in Japan bitterkalt werden kann, erfreuen sich die Rotemburo größter Beliebtheit. Mit etwas Glück wirbeln dem Besucher die Schneeflocken um den Kopf, hängen schwere Eiszapfen von den Felsen am Beckenrand, während er selbst gemütlich im heißen Wasser sitzt. Oft auch Männer und Frauen gemischt – eine echte Überraschung für den westlichen Besucher, der sich erst einmal in der falschen Abteilung wähnt.

Seite an Seite köchelt hier die Verkäuferin mit dem Arzt und dem Hausmeister des nahe gelegenen Pachinko-Spielsalons – vor den strengen Regeln des Onsens sind alle gleich. Und gerade die Regeln sind es, die dem Geist Halt geben: Jeder Schritt ist ritualisiert, von geradezu meditativer Qualität. Wer in Japan aufwächst, braucht keine weiteren Onsen-Erläuterungen. Der Ausländer wohl – kein Wunder, dass er schnell zu einer potenziellen Störquelle wird: Alle Meter scheint es, steht ein Schuhwechsel an. Am Ein-

DIE WICHTIGSTEN ONSEN-REGELN

Achtung, Schuhwerk-Wechsel! Ausgewiesene Toiletten-Schuhe, die ausschließlich für das stille Örtchen vorgesehen sind, warten diskret neben der Tür auf den Gast. Sie später nachlässig zu entführen, versetzt Japaner in Ekel und Schrecken!

Vor dem Bad bitte gründlich waschen. Die Besucher seifen sich an den Waschstationen im Sitzen ein, abgespült wird per Holzbottich.

Während die Außenanlagen oft gemischt genutzt werden, sind die Innenanlagen nach Geschlechtern getrennt. Besucher sollten daher unbedingt darauf achten, in der richtigen Sektion zu landen.

Es dürfen keine Seifenreste ins Wasser des Beckens gelangen.

Im Becken wird ausschließlich nackt gebadet.

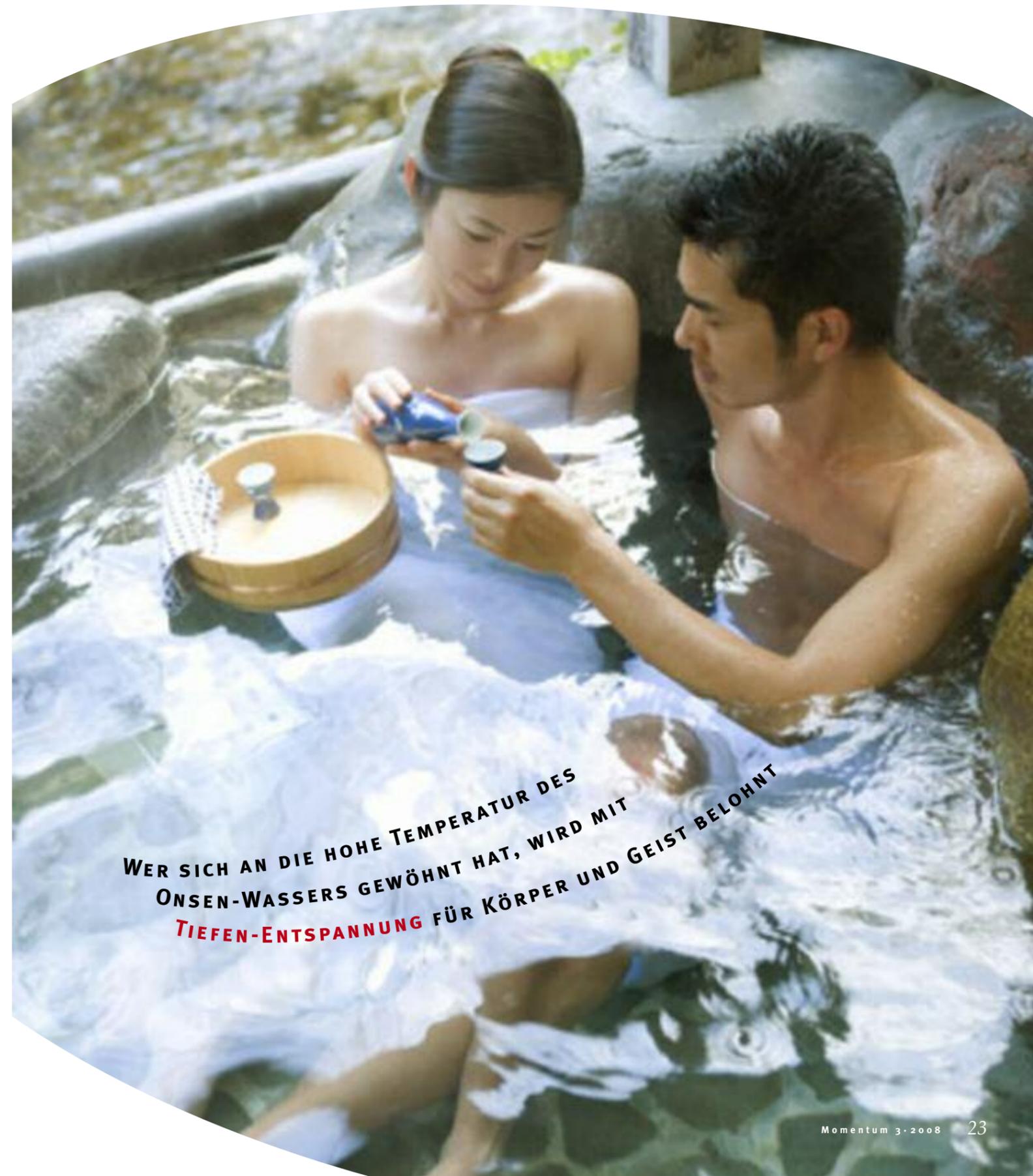
Laute Unterhaltungen gelten als ungehobelt.

Schweiß auf der Stirn wird mit einem kleinen Handtuch abgetupft.

Vor dem Betreten der Umkleiden trocknen sich die Gäste ab.

Großflächige Tätowierungen sind im Onsen nicht gerne gesehen, denn sie gelten als Zugehörigkeitssymbol der lokalen Yakuza-Mafia.

Wie so viele Verrichtungen in Japan – zum Beispiel bei der traditionellen Teezubereitung – gelten auch im Onsen die Handgriffe als Teil der Zeremonie



WER SICH AN DIE HOHE TEMPERATUR DES
ONSEN-WASSERS GEWÖHNT HAT, WIRD MIT
TIEFEN-ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST BELOHNT



**ALS AUSGLEICH FÜR DEN ALLTAGS-STRESS SIND
DIE ONSEN-THERMEN IN JAPAN HEISS BEGEHRT –
140 MILLIONEN BESUCHER ZÄHLEN DIE BÄDER JÄHRLICH**

gang in die Onsen-Anlage (Schuhwechsel), einige Meter über die frischen Tatami-Matten (Schuhwechsel), in den Außenbereich (Schuhwechsel) und irgendwann ganz sicher auch der Besuch auf dem stillen Örtchen (Schuhwechsel). Gerade hier lauern die Fettnäpfchen. Allzu oft vergisst der Besucher von auswärts, sich der Toilettenschlappen wieder zu entledigen und trägt sie zum Entsetzen der einheimischen Besucher direkt bis zum Beckenrand.

DIE MÄR, VIELE ONSEN würden fremdländische Besucher daher abweisen, bewahrt sich meist jedoch nicht: Längst hat man sich darauf verlegt, mit einem kurzen Etikette-Briefing für ausländische Disziplin zu sorgen. Glaubt man den englischsprachigen Handouts, haben die Onsen-Besitzer vom Wäschewaschen im Becken, Kopfsprung und Taucherbrille bis zum Stöpsel-Ziehen nach dem Bad schon so ziemlich jeden Fauxpas gesehen.

Wer sich den Regeln unterwirft, wird jedoch belohnt, auch wenn der Aufenthalt in den heißen Quellen sich als unterschätzte Disziplin herausstellt: Während der geübte Onsen-Gänger mit 45°C scheinbar mühelos umgeht, gehört beim fremden Besucher immer auch ein kleines Tänzchen am Beckenrand und viel Luftholen dazu: Onsen sind heiß! Wirklich heiß! Nur wer sich Zeit lässt, hat eine Chance, bis zur Halskrause im Wasser zu landen. Dann allerdings setzt die berühmte Muskelentspannung ein, die jeder Beschreibung trotzt. Schön macht Onsen allerdings eher auf lange Sicht: Das heiße Bad kurbelt die Hautdurchblutung an, kein Wunder, dass mancher Ausländer mit knallrotem Kopf geradezu zu verglühen scheint. Wie entspannend der Onsen-Aufenthalt wirklich ist, merkt der Gast meist erst auf der Taxifahrt nach Hause. Keine fünf Minuten dauert es, da kippt der Kopf an die Rückenlehne und der Geist in die entspannte Willenlosigkeit.

BEI ALLEN RITUALEN – kein Onsen gleicht dem anderen. Viele Japaner und manch ein Tourist setzen sich daher die ambitionierte Aufgabe, möglichst viele Thermen zu probieren –

Was ausländische Gäste unbedingt beachten sollten: Bei einem Besuch im Onsen werden bis zu vier Mal die Schuhe gewechselt

Foto: Getty (3), G. G. G.

immerhin 140 Millionen Besucher zählen die japanischen Onsen jährlich! –, und führen leidenschaftliche Fachgespräche über die Vorzüge der verschiedenen Badeorte. Gelegenheit gibt es dazu allemal, ja selbst die Hoffnung, es könne sich die eine oder andere neue Quelle auftun, ist keinesfalls überzogen: Die japanischen Inseln sind noch immer in Bewegung. Gleich drei tektonische Platten reiben sich hier aneinander und häufen dabei das Inselreich auf. Die Nebenerscheinungen sind sprichwörtlich erschütternd: Erdbeben in so großer Zahl, dass sie kaum einer mehr zählt, aktive Vulkane im ganzen Land. Und heiße Quellen, überall. Wer die Onsen besucht, ist also immer live dabei, wenn die Geotektonik zuschlägt. Die Hitze in den Knochen, mit dampfender Haut und weichem Gang, fällt es leicht, an die Bewegung der Erdplatten unter den Füßen zu glauben. ✱

JAPANS BESTE THERMALBÄDER

Geradezu vermessen ist es, angesichts der rund 3.000 Onsen-Anlagen eine Handvoll zu den besten zu erklären. Trotzdem – hier eine Auswahl der absoluten Highlights:

BEPPU

Der kleine Ort im Nordwesten der Insel Kyushu ist das japanische Thermalbad schlechthin! An über 3.800 Stellen sprudelt das heiße Wasser aus dem Boden, dazu kommen Geysire und allerhand andere geothermische Attraktionen. Selbst abgebrühte Onsen-Gänger finden in Beppu ihre Grenzen: Viele der lokalen Quellen, auch als Jigoku (Hölle) bekannt, sind definitiv zu heiß zum Baden. Etliche von ihnen werden stattdessen zum Kochen genutzt.

Weitere Infos: www.beppu-navi.jp

YUFUIN ONSEN

Der traditionelle Ort liegt nicht weit von Beppu, ebenfalls auf Kyushu. Seine Quellen gelten als besonders muskelentspannend.

Weitere Infos unter www.yufuin.gr.jp

GERO ONSEN

Das Thermalbad liegt 100 km südlich von Nagoya auf der Hauptinsel Honshu und ist seit dem 10. Jahrhundert als Thermalbad bekannt.

Nach japanischer Vorstellung gehört Gero zu den drei besten Onsen des Landes.

Weitere Infos: www.att-japan.net/modules/tinydo/rewrite/tc_116.html

HAKONE ONSEN, KANAGAWA

80 km südwestlich von Tokio liegt der Badeort in einem erloschenen Krater, direkt am Berg Fuji. Idyllisch-japanischer kann der Ausblick

eigentlich nicht werden! Ideal als Erholung nach einer Fuji-Expedition.

Infos: http://www.att-japan.net/modules/tinydo/rewrite/tc_82.html

DOGO ONSEN

in Matsuyama auf Shikoku. Mit über 3.000 Jahren Geschichte wahrscheinlich Japans ältestes Onsen. Der Bonus: In den Straßen des Ortes verkehren alte Dampf-Eisenbähnchen.

Weitere Infos: www.mcvb.jp/convention/english

KUSATSU ONSEN

Seit dem Mittelalter gilt Kusatsu Onsen in der Präfektur Gunma als Upper-Class-Badeort – und Japans Nummer eins unter den Bädern.

Die Stimmung ist entsprechend stilvoll.

Weitere Infos: www.kusatsu-onsen.org

Onsen-Anlagen sind im Einklang mit den natürlichen Gegebenheiten gebaut – schön fürs Auge: vom Wasser glänzende Steine