

Abweichend von dem Bad aller anderen Völker ist das gewöhnliche Bad des heutigen Japaners das heiße Wasserbad und, wenn sich die Gelegenheit bietet, das von einer natürlich warmen Quelle.

Im allgemeinen wird das kalte Bad gemieden und nur von Büßenden gebraucht. Erst in der letzten Zeit ist es unter dem Einfluß der westlichen Kultur, besonders mit dem Schwimmsport und als Seebad häufiger geworden.

Die gebräuchliche Wanne (furo) ist meist ein faßartiger, ziemlich hoher Holzbottich mit rundem, seltener stumpf eiförmigem Querschnitt, so eng, daß der Badende in ihm nur sitzen oder hocken kann. Geheizt wird mit Holzkohle, die sich in einem kleinen Feuerbehälter unter der Wanne befindet, von dem zuweilen noch ein Schornstein die Wärme durch das Wasser leitet. Die Temperatur des Bades beträgt 42–45° C, manche benutzen Bäder bis zu 50° C.

Jede wohlhabende Familie verfügt über ein eigenes Badezimmer (yu-dono), doch wird die Wanne nicht selten zur Seite der Straße aufgestellt, wo man ungeniert vor den Vorübergehenden badet. In den Gasthäusern gleicht der Baderaum dem privaten, die Benutzung ist unentgeltlich.

Jeder Japaner, hoch oder niedrig, nimmt, wenn möglich, täglich ein Bad (yu). Da vom Volk keine Leibwäsche getragen wird, versteht sich das bei den japanischen Reinlichkeitsbegriffen von selbst. Wer Zeit hat, badet öfters am Tage, im Sommer auch bei großer Hitze, um sich zu erfrischen, im Winter, sich zu wärmen, da die Häuser infolge ungenügender Heizung oft sehr kalt sind. Die Leute verlassen krebsrot die Wanne, die Körpertemperatur ist um 1–2° gestiegen, und die Wärmespeicherung hält eine Zeitlang an. Sie können in leichter Kleidung, ja nackt aus dem Haus gehen. Zur Erkältung kommt es nur, wenn die Temperatur des Bades nicht hoch genug, unter 42° war. Molisch schreibt, daß er sich nach dem Bade im ungeheizten Zimmer 2–3 Stunden wohl fühlte.

Zuerst badet der Gast, dann folgen der Hausherr, der älteste Sohn, die Frau, die Kinder und zuletzt das Gesinde, alle baden im gleichen Wasser.

Das heiße Bad des Japaners ist kein Reinigungsbad. Ehe er in die Wanne steigt, seift er



Japanisches Heißwasserbad. Anfang des 18. Jahrhunderts. Nach Fujinami.

den ganzen Körper ab und übergießt sich des öfteren mit heißem Wasser. Die Dauer des Bades beträgt 3–10 Minuten und länger. Mancher übergießt sich dann noch einmal und geht in die Wanne zurück, wiederholt das auch des öfteren.

Für die Armen ist durch öffentliche Badeanstalten gesorgt. Keine Stadt, kein Dorf ist ohne solche, Tokio hat mehr als 1100; mehr als ½ Million Menschen baden täglich darin und für sehr geringes Geld. Sämtliche öffentliche Bäder sind Privatanstalten, die Behörde überwacht nur die Preise. Hier wird in den gleichen engen Kübeln wie privat gebadet, aber auch in größeren für mehrere Personen und in viereckigen Kästen mit seitlicher Sitzgelegenheit, die von einem Kessel aus geheizt werden.

Der im 6. Jahrhundert n. Chr. nach Japan gekommene Buddhismus hat sehr bald in seinen Tempel oder Tempelbezirk ein Badehaus für Arme aufgenommen und das Bad zu einem Werk der Barmherzigkeit gemacht. Die Kaiserin Komoyo bediente im 8. Jahrhundert gleich wie die heilige Elisabeth Bettler und Aussätzige im Bade.



Eine interessante Gegenüberstellung in Fujinamis Werk über das japanische Bad. Die Kaiserin Komoyo-Kogo (oben) und die bl. Elisabeth (unten), beide als barmherzige Helferinnen von Kranken.

Im Bad trifft sich das Volk um Tagesneuigkeiten auszutauschen oder sonstwie zu plaudern. Es wird geraucht, gesungen und geht recht lebhaft zu. Während des Aufenthaltes im Wasser wird nicht gegessen und getrunken. Die Geschlechter baden heute noch auf dem Lande und in kleinen Orten in harmloser Weise gemeinsam, obwohl schon 1790 ein Verbot dagegen erlassen wurde. In den großen Städten trennt eine kaum 1½ m hohe Bretterwand das Männer- vom Frauenbad.

Obwohl zuweilen mehrere 100 Menschen im gleichen Wasser baden – die Wannen werden nur abends gereinigt –, glaubt niemand an die Möglichkeit einer Ansteckung. Der japanische Hygieniker Yokote meinte 1923, die Gefahr sei nicht so groß, weil Krankheitserreger in sehr geringer Menge im Bad vorkommen und durch die hohe Temperatur sehr geschwächt werden. Nebenbei sei bemerkt, daß Bälz die Resorption von Salicylsäure aus dem Badewasser nachweisen konnte.

Viele Badeanstalten zeigen sich als medizinische Bäder an. In den meisten ist minde-

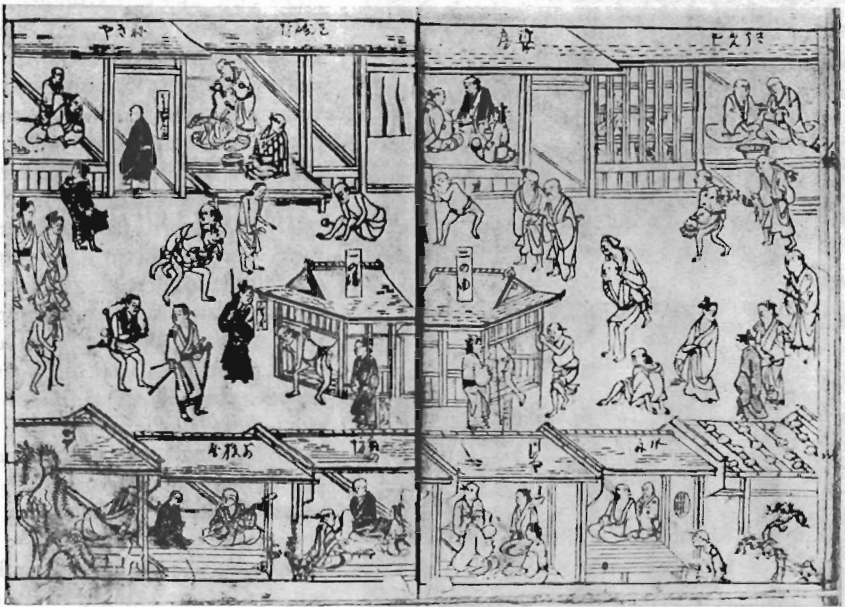
stens eine kleine Extrakufe mit irgendeinem Medikament für irgend eine oder für alle Krankheiten vorhanden. Es gibt Spezialanstalten für Hautkrankheiten, solche «zur Erwärmung» des Körpers, besonders für Rheumatiker und auch für Frauen, die wegen ihrer «Kälte» keine Kinder bekommen, sie benutzen z. B. die Safranbäder.

Dr. Kitayama in Frankfurt a. M. machte mich auf das über ganz Japan verbreitete, sehr heiße Goëmonfro (fro=Bad) aufmerksam, das nach einem bekannten Dieb, der gesotten wurde, benannt ist. Der Badende sitzt dabei auf einem Brett im Wasser eines großen Eisentopfes (Kessels), der meist vom Keller aus geheizt wird.

Im europäischen Schrifttum ist kaum bekannt, daß die Japaner auch ein Dampfbad besessen haben, das schon im 6. Jahrhundert als Klosterbad bekannt war. Unter den Abbildungen, die Fujinami vom Betrieb im Inneren der Bäder bringt, sind eine Anzahl, die im großen Baderaum ein kleines Holzhaus – Fujinami spricht vom Schrankbad – aufweisen. In diesen Schränken hat man heiße Wasser- und nach älteren Darstellungen auch Mineralbäder, wie in Arima bei Kobe, ge-

Japanisches Dampfbad im «Schrank» mit Massage durch Frauen. Alter Holzschnitt. Nach Fujinami.





Badhaus des
Arima-Onsen in der
Nähe von Kobe.
Das Bild entstand
vor 200 Jahren.

nommen. Die Mehrzahl derselben aber zeigt die Vorderseite bis auf einen engen Spalt am Boden geschlossen. Durch diesen kriechen die Badenden, alle mit einem Kübel in der Hand, und steigen auf eine Bank. Einmal sind auch 2 übereinanderliegende Bänke gezeichnet. Der Dampf wird von außen, von einem Kessel her, in einem Holzschacht zum Schwitzhäuschen geleitet. Ein 2. Kessel sorgt für heißes Wasser.

In dem großen Raum sehen wir die Badenden sich aus kleinen gestielten Gefäßen übergießen; gelegentlich wird ein größerer Kübel über einen ausgeleert. Es scheinen auch kalte Duschen, wohl nur nach dem Dampfbad, in Gebrauch gewesen zu sein. Einmal sehen wir einen Ohnmächtigen, der seinen Kübel hat fallen lassen und alle Viere von sich streckt. Die Männer sind mit einer dürrtigen Badehose bekleidet und werden nach dem Bad von Frauen in voller Kleidung massiert. Dann macht man Toilette, schneidet die Nägel, rasiert sich und nimmt nachher den Tee ein. Die Frauen sind unter sich nackt; ebenso Eheleute, die auch ihr Kind mit ins Bad nehmen.

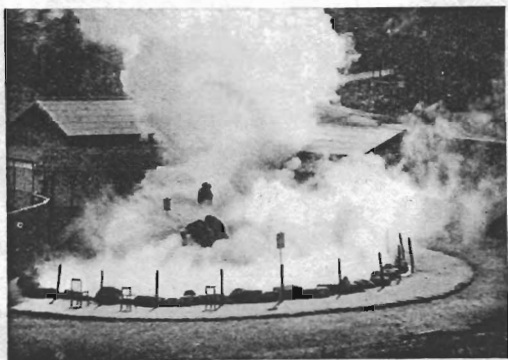
Dem Bedürfnis des Japaners nach dem heißen Wasserbad kommt sein Land entgegen, dessen vulkanische Natur ihm zahlreiche naturheiße Quellen schenkt. Richtiger ist, daß der volkstümliche Gebrauch der heißen Quellen das Bedürfnis nach dem Gebrauch des einfachen heißen Wasserbades

schuf, das überall und jederzeit gebraucht werden kann. Wenn es in dem ebenso thermerreichen Neuseeland nicht zu der gleichen Entwicklung kam, lag es daran, daß hier die heimische Bevölkerung auf primitiver Stufe stehen blieb. Erst auf heutigem japanischem Boden hat der Japaner sein heißes Wasserbad geschaffen. China und Korea, von denen er kulturell stark beeinflußt wurde, besitzen es nicht. (Nach Kleiweg de Zwaan badet der Chinese in warmem Wasser und benutzt selten die Thermen.) Des Japaners ursprüngliches Bad war das Dampfbad, das er aus der Urheimat mitbrachte, die demnach nördlich gelegen haben muß.

Nach japanischer Überlieferung geht der Gebrauch der Heilquellen in mythische Zeiten zurück. Als der Gott Ohnamuchi-no-Mikoto erkrankte, badete er auf Anregung des Gottes Sukunahikona-no-Mikoto in Arima, wo er nach *einem* Bade gesund wurde. Seither ritten diese beiden überall umher und fanden Badeorte und Arzneien. Ersterer wurde Gott der Badeorte, letzterer Gott der Arzneien.

In früher Zeit haben berühmte buddhistische Priester, wie Gyoki (670–749), Kuhkai (774–835) und Shohkaku viele Bäder gegründet und das Volk im Gebrauch der Quellen unterwiesen.

Nach dem Kojiki, dem ältesten Geschichtswerk Japans, das 711/12 n. Chr. verfaßt wurde, gesundete Kaiser Kimmei in den Bädern von Arima (Prov. Settsu) und Dogo



Eine siedende Quelle im Badeorte Beppu.

(Prov. Lyo). Der altjapanische Kriegsheld Yamato-Dake (gest. 113 n. Chr.) hat auf dem Zug zur Unterwerfung der Barbaren Ostjapans in den Bädern von Takaragawa (Gumma-Präfektur) und Isaka (Fukushima-Präfektur) seine Krankheit behandelt und sich im Badeort Atami (Shizuoka-Präfektur) erholt. Es ist bekannt, daß von altersher viele hervorragende Feldherren ihre verwundeten und kranken Soldaten zur Kur in Bäder schickten.

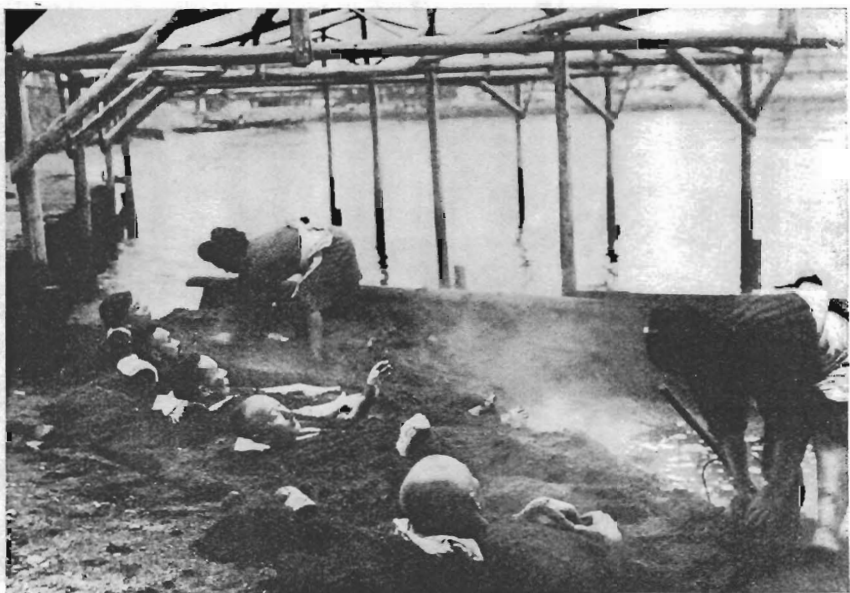
Die heißen Mineralquellen sind eines der wichtigsten Volksheilmittel Japans. In vielen ländlichen Gegenden mit mangelnder ärztlicher Versorgung kennen die Leute ihren onsen (= heiße Quelle, heißes Naturbad) als einzige Behandlungsmöglichkeit für alle Krankheiten, zu dem sie in jedem Jahr ziehen

und ihn in althergebrachter primitiver Weise gebrauchen.

In den zahlreichen Quellen, von denen allein 1100 von Amts wegen analysiert wurden, besitzt Japan einen großen Heilschatz, der über das ganze Reich verbreitet ist. Die meisten, insbesondere die indifferenten Thermen haben eine Temperatur von 38–50°, während die heißen Schwefelquellen in vulkanischen Gebieten bis zur Siedehitze der Erde entströmen. Den chemischen Bestandteilen nach sind alle Arten von Quellen vertreten. Zuweilen verfügt ein Badeort über Quellen verschiedenster Art.

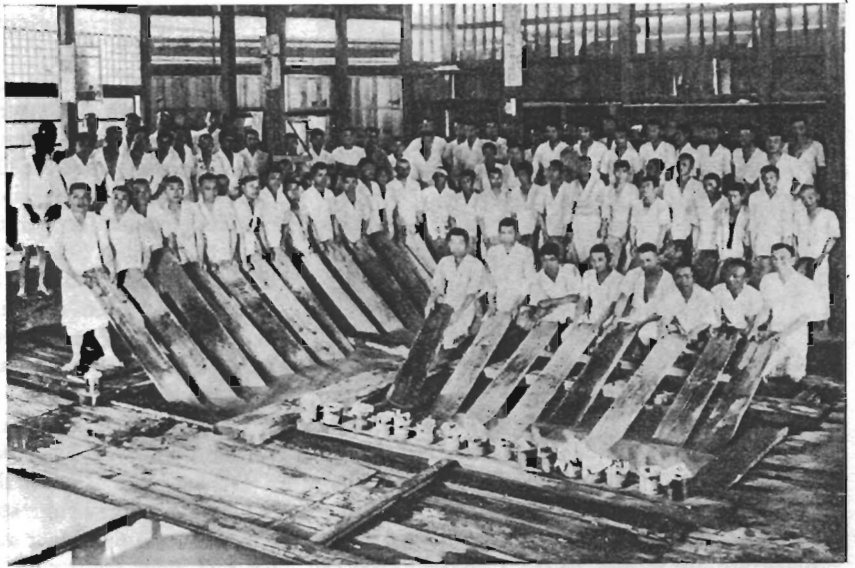
Aus dem japanischen Heilbadewesen sei Wesentliches und Besonderes herausgegriffen.

Die ganze Badestadt Beppu, auf der westlichsten Insel Kiuschiu, steht auf heißen Quellen, die auch das Meer auf 32° erhitzen. Hier hat fast jedes Haus eine Therme. Die Schwefelquellen werden in 14 öffentliche Badehäuser, die unentgeltlich benutzt werden können, geleitet, aber auch in sehr vornehme Badhotels. Eine Eigenart Beppus sind die seit alter Zeit gebrauchten Sandbäder (sunayu). Die Badenden lassen sich zur Zeit der Ebbe am Meeresstrand, Sommer wie Winter, bis an den Hals in feuchten, heißen Sand eingraben und liegen bis 4 Stunden darin, wobei die Körpertemperatur bis zu 40° steigt. Das Wasser wird auch hier, wie an einigen anderen Orten, zu naturheißen Duschen (in Kusatsu von rund 56°) benutzt. Am berühm-



Natürlichheiße Sandbad an der Meeresküste bei Beppu.

Um die Temperatur des sehr heißen Thermalwassers von Kusatsu zu erniedrigen, wird es mit Brettern umgerührt. Badekur.

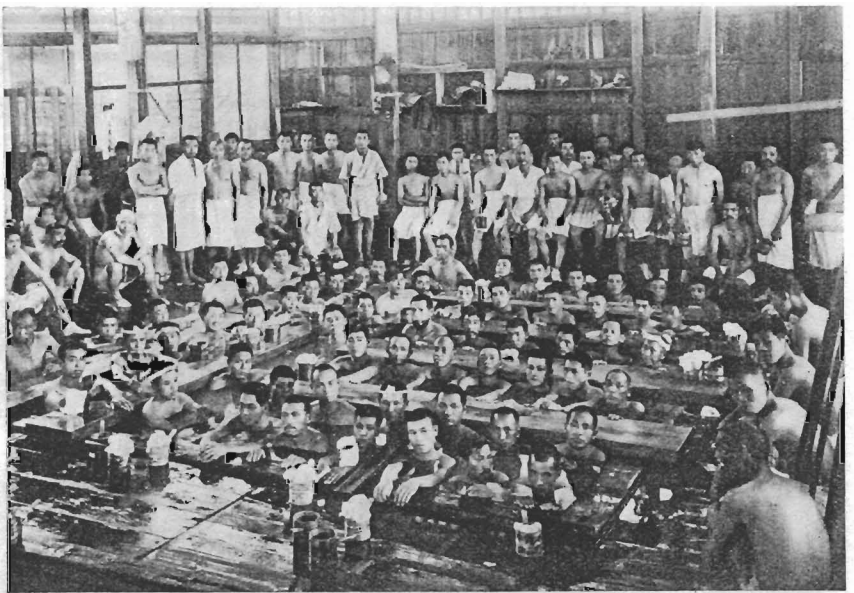


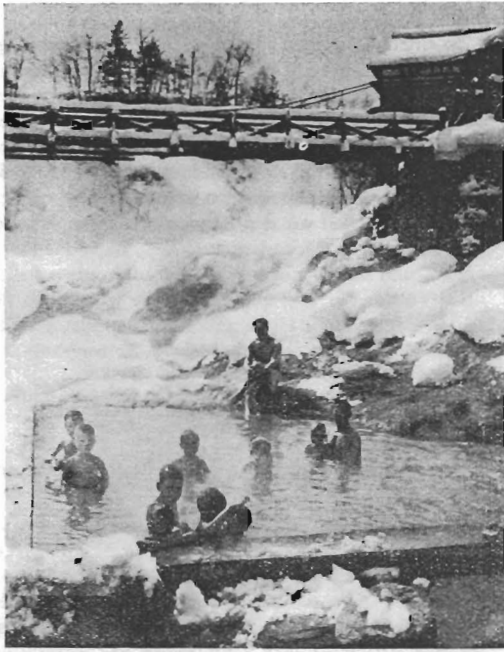
testen sind die im 2. großen Thermengebiet auf der nördlichsten Insel Hokkaido gelegenen von Noboribetsu. Hier wird ein dampfender Bach in mehrere parallel laufende Holzrinnen geleitet, die das Wasser über eine stockwerkshohe Mauer abstürzen lassen. Die Kranken stehen oft mehr als eine Stunde darunter.

An einzelnen Orten benutzt man die Quellen zu Dampfbädern (mushi-yu), in Shima z. B. in einem Holzhäuschen, anderwärts kriechen die Kranken in natürliche, mit Dampf gefüllte Höhlen. Spörry badete 1895 in der alten Sol-Therme Atami auf der Halb-

insel Idzu, nicht weit von Tokio, wo er auch den «Schwitzofen», ein natürliches Heißluftbad gebrauchte, den er mit dem Temeskale in Alt-Mexiko vergleicht. «In einen heißen vulkanischen Hügel hinein war ein dickwandiger, gewölbter Zementofen gebaut. Auf dessen Boden lag ein Rost aus Holzlatten, und in der Verschlusstüre war ein Fensterchen zum Luftschnappen angebracht. Da kroch man hinein und blieb liegend oder sitzend (zum Aufrechtstehen reichte es nicht), so lange es jedem beliebte, in der Heiß-trockenluft. Der Ofen bot nur Platz für eine

Das «Zeitbad» (jikan-yu) in Kusatsu.





Das Naturbad Jobzankei bei Sapporo im Winter.

Person.» In Atami hat man auch seit 1885 die Wasserdämpfe des Geisers in eine Halle zum Inhalieren geleitet.

Eine Bademethode, die nur in Japan und hier nur in dem weltbekannten Kusatsu und in Nasu ausgeübt wird, ist das «Zeitbad» (jikanyu), das wegen Schärfe des Wassers und der hohen Temperatur zu bestimmten Stunden am Tage und mit genau bestimmter, kurzer Badedauer auf Kommando des Bademeisters genommen wird, wenigstens in den öffentlichen Badeanstalten. In den privaten Bädern bestimmt hierbei der Badende selbst die Dauer durch Zählen (Zählbad). Die Quellen von Kusatsu führen freie Schwefel- und Salzsäure. Sie werden in mehrere Badehäuser geleitet und hier in verschieden temperierten Bassins benutzt. Spörry hat in diesen beim Beginn des Badens $56-59^{\circ}$ bis herunter zu $47-50^{\circ}$ gemessen.

4-5 mal am Tage wird das Bad gebraucht. Zu Beginn rühren die Männer, oft unter Absingen eines Volksliedes, das Wasser 15-30 Minuten lang mit großen Brettern um, wodurch es $2-4^{\circ}$ verliert. Dann folgt die Aufforderung zum Wasserschöpfen, bei dem 100 bis 200 mal in 3-5 Minuten der Kopf mit heißem Badewasser übergossen wird. Der Bademeister gibt das Zeichen zum Einsteigen, und Männer und Frauen, vollständig nackt, tauchen lang-

sam in das Wasser bis zum Kinn ein. «Für jedermann 3 Minuten, ruft er, noch 2 Minuten, bloß noch eine Minute, noch ein wenig Ausdauer, nun steigt heraus.» Jetzt schnellen alle, rot wie gesottene Krebse, empor.

Die Bäder bewirken neben dem gewöhnlichen Badefriesel einen für Kusatsu charakteristischen pockenähnlichen Ausschlag (tadare), namentlich an den Genitalien, unter dem die Kranken sehr leiden. Zum Erfolg der Kur hält man ihn für notwendig, frühzeitiges Abbrechen derselben läßt ihn schwer abheilen. Für den Japaner dauert eine richtige Kur 6 Wochen bis 100 Tage, wozu einige Tage Nachkur zur Abheilung des Tadare in Sawatari oder Shibu kommen. Schwere Rheumatismen, Gicht und Syphilis sind die Heilanzeigen. Aussätzige sollen Besserung finden, sie wohnen in einem besonderen Dorfe, wo sie eigene Bäder haben und eine besondere Kur gebrauchen, zugleich mit übertriebener Anwendung von Moxen. (Moxa s. Ciba Zeitschrift Nummer 20, Seite 692.)

Die gewöhnliche Bademethode des Japaners beim Gebrauch der wenger heißen Mineralquellen ist das Dauerbad von einer Stunde und darüber. Man sitzt dabei in der Quelle selbst, in von heißen Quellen gespeisten Teichen oder Flüssen unter freiem Himmel, in den Bädern einfacher Badehäuser oder im Gemeinschafts- oder Einzelbad vornehmer Badehotels.

Die Trinkkur wird selten gebraucht, wenn auch einige Säuerlinge in großen Mengen als Tafelwasser versandt werden. Oft liegen die Badeorte in landschaftlich schöner Gegend und sind zugleich Luftkurorte. Der Absatz einiger Quellen (yu-no-hana, des Wassers Blüte) wird namentlich als Schlamm zu häuslichen Kuren verwandt.

Literatur:

Hans Spörry: Badekuren in Japan 1893-1896, Zürich 1920.

Hans Molisch: Im Land der aufgehenden Sonne, Wien 1927.

Fritz Härtel: Über Volksärzte, Volksheilmittel und Heilquellen in Japan, Med. Welt 1928, Nr. 21.

J. P. Kleinweg de Zwaan: Völkerkundliches und Geschichtliches über die Heilkunde der Chinesen und Japaner, Haarlem 1917.

Fujinami: Historische Erzählungen über das Badewesen im Osten und Westen (japanisch).

Koichi Fujinami: Hot springs in Japan, Tokio 1936. usw.

ferner Mitteilungen von Professor *Fujinami* in Tokio, Dr. *Kitayama* in Frankfurt a. M. und anderen.