

Literatur:

- AMESBERGER, G. (1996, im Druck). Psychological Training in Alpine Ski-racing. Theoretical Considerations and Competitive Alpine Skiers Opinions on Psychological Training. Beitrag zum gleichnamigen Referat am 1st Congress on Skiing and Science. St. Christoph/Arberg.
- BAKKER, F.C., WHITING, H.T.A. & BRUG, H. (1992). Sportpsychologie. Grundlagen und Anwendungen. Bern u.a.: Huber.
- BIERHOFF-ALFERMANN, D. (1986). Sportpsychologie. Stuttgart: Kohlhammer.
- BULL, S. J. (1994). Towards a Model of Understanding Adherence to Mental Skills Training. in: Nitsch, J.R. & Seiler, R. (ed.). *Bewegung und Sport - Psychologische Grundlagen und Wirkungen*. Bd. 3. Psychologisches Training. 51-55.
- CSIKSZENTMIHALYI, T. (1985). *Das Flow-Erlebnis*. Jenseits von Angst und Langeweile. München: Klett Cotta Verlag.
- EBERSPÄCHER, H. (1990). Mentale Trainingsformen in der Praxis. Oberhaching: sportinform.
- GABLER, H. (1986). Motivationale Aspekte sportlichen Handelns. In: Gabler, H.; Nitsch, J.-R. & Singer, R. (Hrsg.) (1993). *Einführung in die Sportpsychologie*. Teil 1. Schorndorf: Hofmann. S. 64-106.
- GABLER, H., JANSSEN, J.P. & NITSCH, J.R. (1988). Gutachten „Psychologisches Training“ in der Praxis des Leistungssports.
- HANIN, Y. & SYRJÄ, P. (1995). Performance Effect in Junior Ice Hockey Players: An Application of the Individual Zones of Optimal Functioning Model. In: *The Sport Psychologist*, 9/1, 169-187.
- HECKHAUSEN, H. (1989). *Motivation und Handeln*. Berlin: Springer-Verlag.
- KUTSCHERA, G. (1994). *Tanz zwischen Bewußt-Sein und Un-Bewußtsein*. NLP Arbeits- und Übungsbuch. Paderborn: Junfermann. Dieses Buch ist ein sehr umfassendes und praktisch orientiertes Werk, in welchem v.a. eine detaillierte Beschreibung diverser NLP-Techniken geleistet wird.
- MURPHY, S.M. (Hrsg.) (1995). *Sport Psychology Interventions*. Champaign: Human Kinetics.
- SCHAUER, G. (1995). NLP als Psychotherapie. Harmlose Mixtur oder hochwirksames Verfahren? Paderborn: Junfermann.
- SCHAUER, G. (1995). Techniken der Imagination aus dem NLP für den Spitzensport nutzen. In: *Österreichischer Sport*. Magazin der BSO. Themenschwerpunkt: Sportpsychologie. Heft 6-7. S. 10-27.
- SONNENSCHNIG, I. (1993). Psychologisches Training im Leistungssport. In: Gabler, H.; Nitsch, J.-R. & Singer, R. (Hrsg.) (1993). *Einführung in die Sportpsychologie*. Teil 2: Anwendungsfelder. Schorndorf: Hofmann. S. 159 - 187.
- WMW (Wiener Medizinische Wochenschrift). (1995). Themenheft: „Psychohygiene“. Jg. 145, 10.

TRADITIONSSPORT IN TIBET¹

TRADITIONAL SPORTS IN TIBET

Zusammenfassung

Ausgehend von Dokumenten der österreichischen Tibetforschung sowie chinesisch-tibetischen Quellen wurde mit dem Projekt der Frage nachgegangen, wie präsent die traditionellen Leibesübungen der Tibeter in ihrem Leben sind und welchen Stellenwert diese besitzen. Mittels Film, Video, Fragebogen, Interview und teilnehmender Beobachtung wurden in einer sechswöchigen Feldforschung der aktuelle Iststand in Zentral Tibet registriert und die Daten durch Archivierung für weitere Forschungen zugänglich gemacht.

Die hier vorliegende Publikation beschäftigt sich mit den Einstellungen der Tibeter zu ihrem Traditionssport. Die Ergebnisse lassen erkennen, daß dieser - disziplinspezifisch unterschiedlich - nach wie vor unverzichtbarer Bestandteil der tibetischen Festtagskultur ist und den Lebensstil des tibetischen Volkes mitbestimmt. Im wiedererlebenden Klosterleben wird die Beziehung zum Körper differenziert betrachtet. Leibesübungen werden für die Mönche nur in Verbindung mit religiöser Praxis für sinnvoll gehalten. Für das Alltagsleben werden sie jedoch im Sinne von Freude und Entspannung sowie Erhaltung des Brauchtums toleriert.

Summary

From the documentation concerning the Austrian research of Tibet and from Chinese-Tibetan sources arises the question of the presence of traditional Tibetan sports and exercises, and the social status that these enjoy. Investigations using film, video, questionnaires, interviews and observations of the participants in these sports and exercises, during a six week field research project, were made and the results through suitable archiving made available for further research.

The accompanying publication concerns the Tibetan attitude to their traditional sports. From the results can be seen that the discipline-specific differences form an essential part of the Tibetan festival culture and have a determining influence on the lifestyle of the Tibetan folk. In the restoration of monastery life the relationship to the body must be observed differentially. Exercises give sense to the monks only combined with religious practice. In everyday life they are tolerated as a part of enjoyment and relaxation and of keeping the traditional customs.

1. Vorbemerkungen

Die vorliegende Studie ist das Teilergebnis eines in Zentral Tibet durchgeführten Feldprojektes und befaßt sich mit der Charakteristik und Einschätzung der dortigen traditionellen Sportkultur.

Das Untersuchungsobjekt unterscheidet sich vom Handlungsgeschehen des modernen Leistungssports durch ganz bestimmte Merkmale, die bei allen Befragungen deutlich gemacht wurden.

¹ Vom FWF unterstütztes Projekt unter Mitarbeit von GeSa-DaWa und LuoSang Zhuoma, Sportkommission Lhasa

Traditionssport

Informelle Organisation, verbunden mit der lokalen Gesellschaftsstruktur, Einfaches Regelwerk, mündlich überliefert
 Ungenormte Sportstätten und weitestgehend freie Teilnahme

Geringe Trennung von Akteur und Zuseher
 Geringe Fremdkontrolle
 Sieg im Hintergrund, Kurzfristige Vorbereitung

Teil der regionalen Festtagskultur

Erkennbare kultische Handlungsbedingungen

Bestimmungsmerkmale

(in Anlehnung an DUNNING u. SHEAD, 1979)

Leistungssport

Formelle Organisation (lokal bis international)
 Straffes, schriftlich festgelegtes Regelwesen
 Im Regelwerk festgehaltene Sportstätten, Selektionsmodalitäten

Organisationsbedingte Trennung von Akteur und Zuseher
 Wettkampfkontrolle durch Kampfrichter und Funktionsstab
 Vermarktbarer Sieger
 Langfristiges, periodisiertes Training
 Verbandseigenes Wettkampfkalendarium
 Profanes Handlungsgeschehen

Inwieweit der moderne Sport eine durch die Gesellschaft beeinflusste Weiterentwicklung von kultisch mitgeformten und für die Lebensbewältigung notwendigen Arbeits- und Alltagshandlungen (Jagd, Kampf, Spiel etc.) ist oder dieser Prozeß wenig Kontinuitäten zu den eben erwähnten Vorformen zeigt und durch Brüche gekennzeichnet ist (JOHLER, 1994), ist hier im wesentlichen belanglos. Wichtiger für die durch Religion und Volksglaube geprägte tibetische Gesellschaft ist jedoch die Frage nach der aktuellen Beziehung Kult zu Traditionssport, sowie nach einer eventuellen Überformung dieses lebensbestimmenden Brauchtums durch das moderne Sportwesen. Früher bestand zweifelsohne ein enger Konnex zwischen Körperkultur (Sport, Spiel) und religiösem Geschehen. Dies beweisen Bilddarstellungen, schriftliche Quellen und in der unmittelbaren Vergangenheit Zeitzeugenberichte. Daraus übrigens abzuleiten, daß der tibetische Traditionssport allein aus dem Kult entstanden sei, wäre sehr gewagt. Aus früheren Zeitberichten ist nämlich ebenso zu entnehmen, daß die traditionellen Spiele und Sportformen möglicherweise als Beigabe (spätere Zugabe) zur religiösen Festtagskultur im Sinne von Unterhaltung, Zerstreuung, sozialer Kommunikation oder Dokumentation der körperlichen Tüchtigkeit (dem Dalai Lama gegenüber) erklärbar wären. Religiöse Wurzeln und solche des profanen Alltags sind zumindest schwer unterscheidbar.

In diesem Beziehungsgeflecht von Religion - profaner Körperkultur und Ansätzen des modernen Sports war das Augenmerk unserer Arbeit auf eine möglichst vollständige Bestandsaufnahme der noch gepflegten Übungsformen, auf ihre Charakterisierung

seitens der Tibeter sowie auf die Einstellung der tibetischen Geistlichkeit diesen gegenüber gerichtet. Zudem interessierte uns eine allfällige Veränderung des Traditionssports durch Strukturen des modernen Sports.

2. Dimension und kultureller Hintergrund

Die der Projektvorbereitung zugrundeliegenden Quellen und Fachliteratur (u.a. DAVID-NEEL, 1977; HARRER, 1977; DIEM, 1982; DU/HU, 1985; FUNG, 1990) vermitteln mit unterschiedlicher Qualität einen ersten Einblick in die zahlreichen Formen des tibetischen Traditionssports: Genannt werden Wettläufe, Dauerläufe, Weittiefsprünge, Hochsprünge, tibetisches Ringen und Fechten, Steinheben und -tragen, Yak- und Pferdereiten (kombiniert mit Schieß- und Geschicklichkeitsübungen), Tauziehen (durch Menschen und Elefanten), Seilspringen, Fußfederball, tibetisches Speerwerfen, Steinschleudern sowie das traditionsreiche Polospiel. Daneben finden noch Übungsformen der Meditation Erwähnung, deren Intention jedoch gänzlich verschieden von den ersgenannten ist.

Mit Einschränkung des Untersuchungsfeldes auf den zentraltibetischen Raum galt unser Interesse - wie eingangs erwähnt - (1) der Bestandsaufnahme des noch existierenden Übungsgutes mittels systematischer Beobachtung (Fotografie, Video und Film) und (2) der Einstellung der Tibeter zu diesem Teilbereich ihrer Alltagskultur.

Eine umfassende Darstellung zu (1) wird durch die Projektmitarbeiter (GMOSE, MÜLLER, PIERINGER, STOCKINGER) an anderer Stelle erfolgen. Das gewonnene Material wurde von diesen systematisch gesichtet und ist für weitere Studien über EDV-Speicherung offengelegt. Hier erfolgt lediglich eine überblicksartige Zusammenfassung:

LAUFÜBUNGEN, die heute nicht mehr gepflegt werden, waren seinerzeit Teile von Festveranstaltungen. HARRER (1977) berichtet, daß dabei jedermann teilnehmen konnte, wobei eine Siegerermittlung recht großzügig erfolgte. Meist wurden längere Strecken (bis zu 10 km) zurückgelegt, also zusammen mit den bei DAVID-NEEL (1977) geschilderten meditativen Trancetaufen der einzige Übungsblock mit ausschließlichem Ausdauercharakter.

SPRUNGÜBUNGEN gab es den Berichten nach nur bei Klosterwettkämpfen, wo sie Teile eines Mehrkampfes waren. Von Zeitzeugen wurde uns dazu mitgeteilt, daß solche Wettkämpfe jedoch von der geistlichen Obrigkeit kaum geduldet wurden, da ihr profanes Wesen nur von den religiösen Pflichten ablenkte. Sie fanden daher ohne offizielle Erlaubnis statt. Eine Mißachtung dieses Verbots wurde meistens mit strengen Strafen geahndet (z.B. Stockhiebe). Gelegentlich "siegte" jedoch der Stolz des Klosters über das religiöse Gebot.

GEWICHTSÜBUNGEN beinhalten auch heute noch das Heben eines Steines (bis zu 150 kg) in Schulterhöhe und das Tragen über eine vorher festgelegte Distanz. Als Beurteilungskriterien gelten nicht nur das Gewicht, sondern vielfach auch die Art des Tragens und Ablegens.

BOGENSCHIESSEN hat in Tibet eine große Tradition. Heute werden vier Arten der Durchführung unterschieden (DU/HU, 1985): Beim "BIU XIU" kommt es darauf an, aus einer Entfernung von etwa 20 m eine Scheibe zu treffen, wobei durch eine besondere Bauart der Pfeilspitze während des Fluges deutlich vernehmbare, singende Töne

entstehen. Beim "RUO CHA DA" ist die Distanz zum Ziel größer, und es werden andere Pfeile (meist aus Metall) verwendet. Eine dritte Art hat die Weite des Schusses zum Ziel, wobei Entfernungen bis zu 400 m erzielt werden. Schließlich gibt es noch eine Kombination von Reiten und Bogenschießen - das sogenannte "DA DA PAN BA" - , bei der im vollen Galopp entlang einer etwa 100 m langen Bahn auf eine Zielscheibe geschossen wird.

REITEN wird im Zusammenhang mit artistischen Kunststücken oder anderen Geschicklichkeitsaufgaben (Aufheben von Gegenständen) durchgeführt. Beeindruckend dabei sind die ortsüblichen Trachten (meist mit lamaistischen Symbolen) der reitenden Frauen und Männer. Schnelligkeitsreiten gibt es dagegen nur mehr selten in Form von Yakrennen bis etwa 2000 m Länge.

Das RINGEN - eine Urform traditioneller Leibesübungen - ist auch heute noch sehr beliebt. Der Kampf endet nicht mit Schulterung, sondern mit dem Berühren des Bodens mit irgendeinem Körperteil (natürlich mit Ausnahme der Füße). Was die Ringtechnik betrifft, so muß diese eher als primitiv eingestuft werden. Sie würde bei einem internationalen Wettkampf kaum zum Erfolg führen.

Die übrigen am Beginn genannten Leibesübungen scheinen in der Zentralregion Tibets kaum mehr auf. Nur vereinzelt gibt es zum Beispiel noch Hirten mit der Steinschleuder, um einer alten Gewohnheit nachzugehen, damit das Vieh anzutreiben. RATZEL (1988) deutete diese Tätigkeit auch als Ersatz für fehlende Flinten bei kriegerischen Auseinandersetzungen, was für die Gegenwart wohl nicht mehr zutrifft. Das Tauziehen (durch Menschen) konnten wir als Schautheil bei einem Traditionssportfest in Lhasa sehen, und Pilger berichteten uns von gelegentlichen Kamelwettkämpfen sowie Kamel- und Yakringen in abgelegeneren Gebieten.

Der kulturelle Hintergrund des Traditionssports muß aus der Perspektive einer ständigen Berührung Tibets mit mehreren Kulturen betrachtet werden. Eine Deutung als eigenständige Entwicklung (autochthone Subkultur) ist nicht zulässig, wie an einigen Beispielen noch aufgezeigt werden wird. Gerade Tibet war immer ein Schmelztiegel von Kulturen, die unter anderen Kaschmir, NW-Indien, Afghanistan, Ostiran und Turkestan genauso bestimmten, wie die verschiedensten Reit- und Bogenkünste auch fester Bestandteil von Jägerkulturen in Mandschurei, China und Mongolei waren. Bei DAMM (1960) wird auf überzeugende Beweise verwiesen, daß gerade bei Völkern, wo Bauern in Gemeinschaften leben oder Viehzucht einen Nomadismus notwendig macht (Steppengebiete), immer wieder festliche Anlässe stattfinden, bei welchen auch auf Entfaltung der physischen Kräfte gedrängt wird - in ihrer Funktion als Hebung der Lebensfreude in der Monotonie des Alltags.

Zu einer Nahbeziehung des Traditionssport zum Kultischen (als symbolisierte Darstellung gemeinsamen religiösen Handelns) wurde bereits eine kurze Anmerkung in der Einleitung gemacht. Ergänzend dazu seien noch einige aktuelle Beobachtungen bzw. Quellen angeführt, die den Stellenwert der traditionellen Leibesübungen in der durch Religion geprägten tibetischen Gesellschaft/Kultur als Bestandteil kultischen Brauchtums unterstreichen mögen.

Unseren Interviews mit Teilnehmern eines örtlichen Dorffestes zwischen Shigatse und Shekar konnten wir entnehmen, daß die festbestimmenden Reiterspiele und Bogenkünste mit dem Wunsch verbunden waren, eine lange Dürreperiode zu beenden

(Regenzauber). Andere Feste, die wir besuchten, begannen mit den vor Tempeln üblichen Verbrennungszeremonien, die Göttern gewidmet waren. Die Bogenschützen beim Traditionssportfest in Lhasa begleiteten das Bu Xiu (Zielschießen mit "singenden Pfeilen), von dem schon HARRER (1977) berichtete, mit rituellen Liedern im Sinne einer Symbolisierung der Begegnung mit höheren Mächten. HU (1989) liefert uns dazu nicht nur Übersetzungen von Liedertexten, sondern schildert auch den Zusammenhang von Ringwettkämpfen mit dem Brautkult bei tibetischen Minderheiten in der nordwestchinesischen Provinz Gansu. Die das Ringen begleitenden Responsorialgesänge fordern zum Beweis körperlicher Tüchtigkeit heraus, um die "im schönen, warmen Bambushaus lebende Frau" als Braut zu bekommen. Dabei ringt Mann gegen Frau! Und SCHICKELGRUBER (1995) berichtet von Gesprächen mit Lamas, die die Reiterspiele in Beziehung zum Tanlha-Kult (zur Besänftigung der Berggötter) setzten. Die Beispiele zeugen von einer Vielfalt des Volksglaubens in Tibet, der allerdings getrennt von dem "streng auf den heiligen Schriften und geheimen Überlieferungen aufbauenden Buddhismus einer kleinen geistigen Elite" zu betrachten ist (FÖRST, 1989). Im Volksglauben scheint alles von "guten und bösen Geistern beseelt" zu sein, die in Gottheiten personifiziert werden. Diesen gelten die kultischen Handlungen, die auch im Traditionssport zu finden sind. Ergänzend zur kultischen Handlungen, die Kennzeichnung alter Formen der Leibesübungen sollen noch einige ausgewählte Hinweise zu benachbarten Kulturen den theoretischen Hintergrund unseres Untersuchungsobjektes vertiefen (MEUL, 1943; JENSEN, 1950; MATHYS, 1958; HERRIGEL, 1959; KAMPHAUSEN, 1972; DECKER, 1977; HIRSCHBERG, 1980; WEILER/UULF, 1981; DIEM, 1982; MANDELL, 1982; HEIMWENDLANDT, 1986; HU, 1989).

Totenergrubung wird zum Beispiel als Wurzel der antiken Olympischen Spiele vermutet, und bei asiatischen Steppenvölkern wird von Leichenfestspielen berichtet, bei welchen hunderte Bogenschützen und Ringer sowie tausende Reiter teilnahmen. Körperliche Ertüchtigung zur Lebensbewältigung (Arbeit, Kampf, Jagd) und soziale Funktionen (Anerkennung, Höherstellung) geben dann wieder profanere Erklärungen ab. Und was besonders den buddhistischen Kulturkreis betrifft, so wird die Einbeziehung der Religion als erziehungsleitendes Element unterschieden deutlicher. In der Zen-Lehre heißt es (SUZUKI bei HERRIGEL, 1959): "So wird Bogenschießen nicht allein geübt, um die Scheibe zu treffen, das Schwert nicht geschwungen, um den Gegner niederzuwerfen; der Tänzer tanzt nicht nur, um rhythmische Bewegungen des Körpers auszuführen, sondern vor allem soll das Bewußtsein dem Unbewußtsein angeglichen werden". Und KONFUZIUS vermeinte, beim Ziehen des Bogens die Tugend und das Verhalten des Menschen erkennen zu können. So zählte er die Kunst des Bogenschießens neben Anstand, Musik, Wagenlenken, Schreiben und Rechnen zu den sechs Künsten der Erziehung. Das in Tibet beliebte Ringen, dessen kultische und gesellschaftliche Wertschätzung uns bereits aus Bilddokumenten des alten Ägypten überliefert wird, gehörte wiederum zu einem wichtigen Ausbildungsteil der lamaistischen Geistlichkeit, um sich durch Kraft und Gewandtheit bei den Festen auszuzeichnen. Im chinesischen Chan-Buddhismus bestand der Tagesablauf der Mönche nicht nur aus Arbeit und Meditation, sondern genauso aus körperlicher Übung - zur Beherrschung von Geist und Körper.

Den kulturellen Hintergrund des Traditionssports in Tibet aufzuzeigen, ohne dabei das Klosterleben zu streifen, würde die Problemsicht verfälschen. Und dies trifft besonders bei der durch die neuen Machthaber ermöglichten Wiedererstarkung tibetischer Klöster

zu. Seinerzeit war es immerhin üblich, zumindest einen Sohn in ein Kloster zu schicken.

HARRER (1977) berichtet sehr eindrucksvoll über Sportwettkämpfe, die zwischen Klöstern stattgefunden haben, und das überrascht zunächst, wenn man bedenkt, daß bedingt durch die Gelübde praktisch keine Zeit für derart nebensächliche Dinge zur Verfügung stand. Physische Fähigkeiten hatten eigentlich nur bei den Arbeitsmönchen ihren Platz, waren also ausgerichtet auf meist gewerbliche Tätigkeiten. Und die zur Erlangung der endgültigen "Befreiung" notwendigen körperbetonten Meditationsübungen müssen eher als Gegensatz zur "sportlichen" Körperkultur gesehen werden. Auf der einen Seite ein religiöses Dogma, auf der anderen dagegen Handlungen, die doch in erster Linie den Alltag betreffen und dazu noch Spaß und Unterhaltung bereiten. Intentional ist somit klar zu unterscheiden zwischen einer profanen Körperkultur - wenn auch mit kultisch-rituellen Wesensmerkmalen - im Traditionssport und jenen Meditationsformen, die einen durch die Religion streng vorgegebenen Ausfühungscharakter haben und gerade die Besinnung auf das körperliche Ich vergessen lassen sollen. Daß eine derart stringente Differenzierung allerdings der Realität nur bedingt entspricht und damit auch HARRERs Schilderungen erklärbar macht, wird im letzten Abschnitt dieser Studie Erwähnung finden.

Das bisher Angeführte versuchte, an Beispielen und Beobachtungen nachzuweisen, daß der kulturelle Hintergrund aller Leibesübungen - und damit auch der des Traditionssports in Tibet - aus verschiedensten Perspektiven bestimmbar ist. Religion, Volksglaube, Festtagsgeschehen, Erziehung, soziales Geschehen oder physische Ertüchtigung stehen mit unterschiedlicher Gewichtung in Wechselbeziehung. Was dabei aber - auch unsere Problemstellung betreffend - nicht übersehen werden sollte, ist der Umstand, daß gerade der Sport (im weitesten Sinn) nicht unbeeinflußt von gesellschaftspolitischen Prozessen bleibt. Dies betrifft auch Tibet. Es gibt deutliche Anzeichen einer Überlagerung des dortigen Traditionssports durch Strukturmerkmale des modernen Sports, die vielleicht schon bald Anlaß zu strukturellen Änderungen der traditionellen Leibesübungen geben könnte. Wir finden bereits jetzt Trainingsschulen, wo talentierte Frauen und Männer systematisch auf die Reikünste vorbereitet werden, um erfolgreich bei Vergleichskämpfen teilzunehmen. Es gibt von der tibetischen Sportbehörde festgelegte Wettkampfregeln für das tibetische Ringen (mit empfehlendem Charakter). Und in den größeren Traditionssportfesten spiegeln sich unverkennbar Organisationsstrukturen internationaler Wettkämpfe wider. Unsere Bestandsaufnahme kann somit nur den Charakter einer Momentaufnahme haben, mit der Möglichkeit, über einen Vergleich mit Ergebnissen künftiger Forschungen solche Veränderungsprozesse empirisch weiterzuverfolgen.

Wir fassen zusammen:

1. Die Dimension des Untersuchungsobjektes (Traditionssport) ist breit gefächert, wobei einige Übungsformen, die in diesbezüglichen Quellen erwähnt werden, zumindest im zentraltibetischen Raum in Vergessenheit geraten oder nur mehr rudimentär vorhanden sind.
2. Die einzelnen Disziplinen sind je nach Art durch die motorischen Fähigkeiten Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Geschicklichkeit und Gewandtheit sowie durch ein hohes Maß an Kombinationsfähigkeit gekennzeichnet.

3. Der tibetische Traditionssport darf nicht als autochthone Subkultur betrachtet werden. Nahezu alle Übungsformen sind in ihrer Grundstruktur auch in anderen Kulturkreisen nachzuweisen.
4. Durch Anpassung (Enkulturation) weisen sie jedoch Merkmale auf, die charakteristisch für einen durch Religion und Volksglauben geprägten tibetischen Lebensstil sind. Sie sind zugleich unverzichtbarer Bestandteil von Lebensfreude spendenden und durch Kult mitbestimmten Festen.
5. Der Einfluß des modernen Sports ist in Ansätzen erkennbar, wodurch ein allmählicher Wandel von Intentionen nicht ausgeschlossen werden kann.
6. Aus der Sicht des Klosterlebens ist die Teilnahme von Mönchen am Traditionssport mit den klösterlichen Gelübden kaum vereinbar. Die Strenge des "Verbotes" wird jedoch unterschiedlich beachtet. Körperbetonte Meditationsübungen sind allein schon durch ihre religiöse Zielsetzung aus dem Traditionssport auszuklammern.

3. Problemstellung und Methodik

Abgesehen von Einzeldarstellungen steht unseres Wissens nach eine systematische und für wissenschaftliche Zwecke geeignete Bestandsaufnahme des Traditionssports in Tibet noch aus. Dies betrifft unter anderem Fragen zu seinem Stellenwert in der Erwachsenen- und Jugendwelt, zu seiner intentionalen und motivationalen Kennzeichnung oder zu seinen Organisationsstrukturen, zu seiner Einbettung im Erziehungswesen bereits erwähnten Kulturaustausch mit den Nachbarregionen auf der einen Seite und durch die vor allem geografisch bedingte Abgeschlossenheit des Untersuchungsraumes, die ohne Zweifel eine gewisse Eigendynamik in der tibetischen Gesellschaftsentwicklung zuließ, andererseits, einen besonderen Anstrich. Und dazu kommt jetzt noch der Einfluß von Norm- und Wertvorstellungen einer Gesellschaftsform, die durch Konkurrenzdenken, Erfolgsorientierung und eine gewisse Abkehr von Tradition und Vergangenheit mitbestimmt ist und so auch den Sport mit neuen Intentionen versieht, die bisher in Tibet fast unbekannt waren. Es ist verständlich, daß dieses hier in Andeutung skizzierte Problemfeld im Hinblick auf unsere finanziellen, personellen und zeitlichen Ressourcen eingeeengt werden mußte. So entschieden sich die Autoren der Fragestellungen Studie für nachstehende Problemstellungen. Darüber hinausgehende Ergebnisse werden in weiteren Publikationen vorgestellt werden:

1. Die Bedeutung der körperlichen Bewegung im tibetischen Alltag sowie die Teilnahme der Bevölkerung an ihren traditionellen Sportformen.
2. Die Gegenüberstellung von Traditionssport und modernem Sport in der Einstellung der Tibeter.
3. Handlungs- und Organisationsstrukturen im Traditionssport.
4. Körperkultur und Klosterleben.

Für die Gewichtung der Forschungsergebnisse dürfen die methodischen und organisatorischen Hindernisse bei der Datengewinnung nicht unerwähnt bleiben. Hier seien zunächst einmal nur der schwierige Umgang mit den örtlichen Behörden, das fehlende Verständnis tibetischer Arbeitskollegen für die Bedingungen wissenschaftli-

chen Arbeitens, fehlende oder unerreichbare demografische Unterlagen oder der hohe Anteil von Analphabeten in der tibetischen Bevölkerung genannt. Manches konnte durch die langjährigen Kontakte der Projektleitung mit der tibetischen Sportkommission teilweise gelöst werden, einige Dinge waren durch Sofortmaßnahmen vor Ort zu bewältigen. Trotzdem kann nachträglich gesagt werden, daß wir in methodischer und organisatorischer Hinsicht wissenschaftliches Neuland betreten.

Zur Datengewinnung wählten wir zwei Wege: Bei den ersten drei Problembereichen entschieden wir uns für die Methode der standardisierten Befragung mittels Fragebögen. Kostenüberlegungen, Übersetzungsschwierigkeiten, mögliche ideologische Einflüsse "beigestellter" Interviewer und begrenzte Zeitmöglichkeiten deuteten bei der Vorstudie im Jahre 1992 auf große Probleme hin, die wir bei einer Kommunikation mittels Interview bekommen würden, sodaß wir nach anfänglichen Überlegungen davon Abstand nahmen. Teilnehmende Beobachtungen mit entsprechender Protokollierung hätten wiederum Probleme u.U. aus einer sozialen Gesamtsituation isoliert oder kulturelle Hintergründe des Traditionssports außer acht gelassen. Auch wäre durch das Fehlen geschulter Beobachter die Stichprobe sicherlich sehr eingeeengt worden.

Trotzdem blieben uns auch bei der Fragebogenmethode Schwierigkeiten nicht erspart. Dazu einige Beispiele: Fehlende bzw. unzugängliche demografische Unterlagen verhinderten eine systematische Stichprobenauswahl, die große Streuung des Analphabetentums zwang uns zu situationsbedingten Auswahlentscheidungen, plötzliche Wetterunbilden führten öfters zum Abbruch der Befragung, da diese fast ausschließlich im Freien angesetzt werden mußten, und der Beginn der Befragungen wurde durch die einleitenden Meetings mit den Dorfältesten stark verzögert, weil nur sie für ihre Dorfgemeinschaft eine Art Entscheidungsrecht hatten.

So kann die Gesamtzahl von rund 500 auswertbaren Fragebögen (Verteilung s. Abb. 1) unserer Feldstudie in ihrer Relevanz gar nicht hoch genug eingeschätzt werden. Auch eingehende Gespräche in der Akademie für Sozialwissenschaft Tibets bestärkten uns in der Überzeugung, daß mit diesem Projekt etwas geöffnet wurde, was bisher von systematischen Forschungen nahezu unerreichbar war.

Der Fragebogen beinhaltete neben einigen Faktenfragen in erster Linie nur Aussagen zur Einstellung der Tibeter ihrem Traditionssport gegenüber. Dabei wurde für die operationalen Definitionen der Einstellungsbegriff als Konstrukt von Teilbereichen gesehen, in welchen sich die Befragten hinsichtlich ihrer Beziehung zum Untersuchungsgegenstand unterscheiden könnten (BACHLEITNER/HOFMANN, 1986). Kognitiv und emotional besetzte Vorgaben ermöglichten (skalierte) positive oder negative Einschätzung der Ansichten und Überzeugungen bzw. einen gefühlsbetonten Zuspruch oder ihre Ablehnung. Für die Ergebnisinterpretation ist daraus allerdings eine entsprechende Handlungsbereitschaft nur sehr spekulativ ableisbar, da konkretes Handeln situationsabhängig ist und durch verstärkende/abschwächende Rückkopplungsprozesse im sozialen Umfeld sowie durch andere Einflußgrößen (hier besonders systempolitisch und medial) mitbestimmt wird.

Ein Vortest für die endgültige Fassung erfolgte im Frühjahr 1994 durch eine Absolventin des Grazer Instituts für Sportwissenschaften (PIERINGER), die ein Jahr lang als erste westliche Sportlehrerin an einer tibetischen Schule in Lhasa Unterricht erteilte. Als wichtigste Ergebnisse erwiesen sich dabei (1) eine äußerst einfache Fragenformulierung (interaktuelle Verständlichkeit), da der Umgang mit einem derartigen Instru-

mentarium absolut unbekannt war, (2) die Festlegung von Begriffen in Umschreibungsformen des Tibetischen, (3) Überlegungen zur Erhöhung der Rücklaufquote bzw. Ausfüllgenauigkeit (Gratifikationen durch Geschenke buddhistischer Heiligenbilder) und (4) die Entscheidung über Verschlüsselung der Fragen sowie die Größe der Einstellungs-skalierung. Der Text war sowohl chinesisch als auch tibetisch, wobei Übersetzungsfehler durch einen Rücklauf über andere sprachkundige Personen weitestgehend vermieden werden konnten.

Das Datenmanagement, die statistische Datenanalyse und die Ergebnisdarstellung wurde mit dem Statistikpaket SPSS/PC+ (Version 4.01) durchgeführt, wobei es für das unselektierte Sample der Jugendlichen 70 Items, zusätzlich für das der Erwachsenen noch 31 gab. Durchgeführt wurde die Befragung in insgesamt 16 Orten Zentraltibets (einschl. Lhasa).

	GESAMT	MÄNNER	FRAUEN	ALTER (MEAN)
Erwachsene	255	183	72	41,2 J
Jugendliche	262	125	137	18,2 J
SUMME	517	308	209	

Abb. 1
Gesamtstatistik

Hinsichtlich der Problemstellung zur Körperkultur im Klosterleben sowie der diesbezüglichen Beziehung zum (traditionellen) Alltagssport entschieden wir uns für unstrukturierte Interviews mit Klostervorstehern und Lamas in 27 Klöstern. Diese Vorgangsweise war insofern überaus fruchtbringend, weil wir annehmen durften (was sich nachher auch bestätigte), mit Partnern ins Gespräch zu kommen, die Zeitzeugen ehemaliger Klosterwettkämpfe und der bei DAVID-NEEL (1977) dokumentierten Tranceläufe waren. Bedingt durch das höhere Alter waren ihre Sichtweisen auch durch die Zeit vor der Kulturrevolution mitgeprägt und, wie wir feststellen konnten, ihre Meinungen relativ frei von Ideologien der neuen Machtverhältnisse. Das hier gewonnene Datenmaterial ist ebenfalls archiviert und weiteren Forschungen zugänglich.

Betrachtet man die Methodik abschließend, so ist diese zweifelsohne unterschiedlich beurteilbar. Von großer Wichtigkeit ist dabei eine besondere Gewichtung der geschilderten Umstände, unter welchen das Projekt durchgeführt werden konnte. In diesem Sinne sollen die folgenden Ergebnisse auch gesehen werden, in erster Linie als Basis und Anlaß für weitere Untersuchungen.

4. Ergebnisse²

4.1 Bewegungsbedeutung und Handeln

Wie aus den grafischen Darstellungen (Abb. 2, 3) zu ersehen ist, hat körperliche Bewegung (im weitesten Sinn als Sport definiert) im Alltag der Tibeter einen hohen Stellenwert.

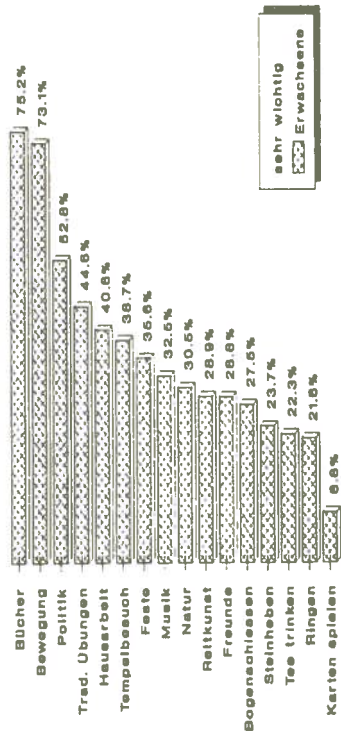


Abb. 2. Wertung der Tätigkeiten der Erwachsenen nach ihrer Wichtigkeit im täglichen Leben.

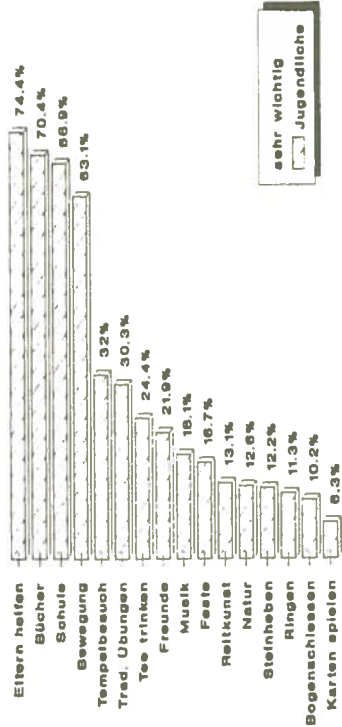


Abb. 3. Wertung der Tätigkeiten der Jugendlichen nach ihrer Wichtigkeit im täglichen Leben.

² Aus Platzgründen erfolgt nur eine gestraffte und selektionierte Ergebnisdarstellung.

Im Vergleich mit diesbezüglichen Befunden industrieller Gesellschaften, wo Sport für manuell Arbeitende geringere Bedeutung hat, liegt die Vermutung nahe, daß das Ergebnis durch psychosoziale Motivstrukturen (Freude, soziale Kommunikation, Volksglaube) im Sinne der Kompensationsthese (und nicht durch das Bedürfnis nach körperlicher Ausbelastung) determiniert ist. Indirekt unterstreicht dies auch die Auffassung von RIN-chen-LHA-MO (1926), für den es zu seiner Zeit in Tibet keinen in unserem Sinne definierten Sport gab. Die traditionellen Leibesübungen umschrieb er mit dem Begriff des Spiels und kehrte dabei die oben genannten Beweggründe besonders hervor. Unterstrichen wird unsere Annahme auch durch die Art der traditionellen Dorffeste, bei welchen Sieg und Niederlage, sowie körperauslastende Vorbereitung (Training) gegenüber sozialen Funktionen und ritueller Symbolik im Hintergrund stehen.

Die geschlechts- und altersspezifischen Ergebnisunterschiede sind möglicherweise aus dem anderen Rollenstatus der tibetischen Frau bzw. dem zunehmend veränderten sozialen Umfeld der Jugend (außengeleitete Einflüsse) erklärbar, eine Annahme, die einer genaueren Untersuchung bedarf.

Daß durch die unterschiedliche Handlungsstruktur die einzelnen Disziplinen des Traditionssports nicht eine gemeinsame hohe Zustimmung erfahren, ist verständlich. Eine gruppenspezifische Akzeptanz ist allen Sportarten eigen. Eine detaillierte Antwortenanalyse unserer Untersuchung zeigte auch hier, daß es eben sogenannte "Lieblingsdisziplinen" gibt. Insgesamt wird dem Traditionssport jedoch eine hohe Alltagsbedeutung zugemessen.

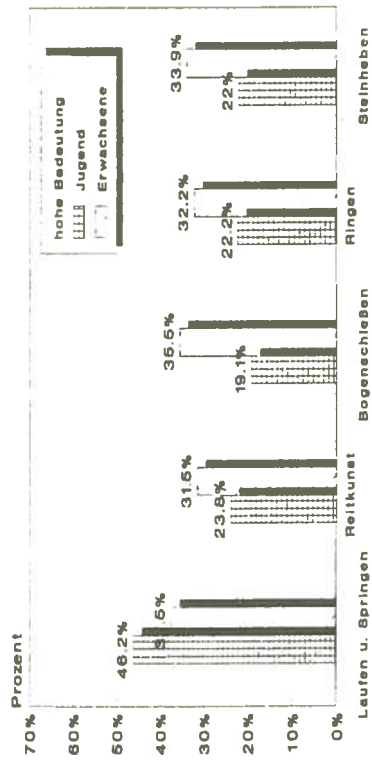


Abb. 4. Bedeutung der traditionellen Körperübungen.

Eine hohe positive Einschätzung läßt sich auch aus der Handlungsdimension ablesen. Handeln wurde hier sowohl als aktives Mitmachen als auch als Zusehen (Mithandeln) definiert. Zwischen kognitiv und emotional besetzten Einstellungen und dem tatsächlichen Handeln bestehen nicht selten deutliche Unterschiede. Wenn nicht besondere Umstände (Zeitprobleme, Krankheit, fehlende Gelegenheit) vorliegen, ist diese

bisweilen konstatierte Diskrepanz im Bereich des Sports jedoch geringer. Dies bestätigt auch unsere Untersuchung. Sowohl Jugendliche als auch Erwachsene beteiligen sich in hohem Maß aktiv oder zumindest als Zuseher an den traditionellen Leibesübungen. Diese sind somit ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens.

Wie sehen die Tibeter die Teilnahme von Frauen am Traditionssport? Grundsätzlich ist die Stellung der Frau in allen buddhistischen Ländern eine hohe, wenn auch andere als in modernen westlichen Gesellschaften. In Tibet bewegt sich die Frau durchaus allein in der Öffentlichkeit und repräsentiert mit ihrer Tracht und dem Schmuck den sozialen Status ihrer Familie. Sie ist zugleich Mittelpunkt familiärer Wärme und findet darin auch ihre besondere Rolle. Trotzdem bleibt ihr harte Feldarbeit nicht erspart, weil die traditionelle Arbeitsteilung zwischen Mann und Frau es verlangt. Wichtige Positionen im gesellschaftspolitischen Leben werden aber bereits von tibetischen Frauen eingenommen, und auch in einzelnen Disziplinen des Traditionssports sind sie voll integriert. So ist die Erfahrung HARRERS (1977), daß "Emanzipation im Lamaland eben noch ein unbekannter Begriff ist und Frauen sich nie an sportlichen Veranstaltungen (aktiv) beteiligen", in der Gegenwart zu relativieren.

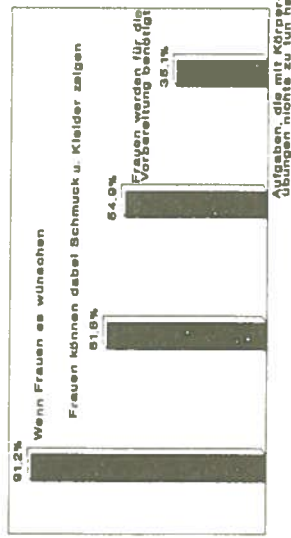


Abb. 5. Teilnahme von Frauen beim Traditionssport.

Dieser angehende Emanzipationsprozeß spiegelt sich auch in der Befragung wider (Abb. 5). Nur eine Minderheit sieht Probleme zwischen den Alltagsaufgaben der Frau und dem Traditionssport, während eine große Mehrheit der Frau Entscheidungsfreiheit in Sachen Sport zubilligt. Natürlich steht ihre soziale Kompetenz bei den Festen im Vordergrund. Sie hat zu repräsentieren, für das leibliche Wohl der Familienanwesenden zu sorgen und die Wettkämpfer durch Beifall anzuspornen. Dies ist also noch gleich wie in HARRERS Erlebnisberichten.

These 1

Sportliche Bewegung und Traditionssport haben im Alltagsleben Tibets einen großen Stellenwert. Wenn die einzelnen Formen der traditionellen Leibesübungen auch unterschiedlich aufgenommen werden, so repräsentieren sie in der Gesamtheit einen Teil der tibetischen Lebenskultur.

4.2 Traditionssport - Moderner Sport

Zu diesem Problemkreis wurden den Tibetern Fragen gestellt, die davon ausgingen, daß aufgrund der Vielfältigkeit sportlichen Handelns Sport mit einer breiten Palette an Wertzuweisungen in Zusammenhang gebracht wird. Allgemeines Wohlbefinden, Geselligkeit, nationale Identifikation, Leistung, Grenzerfahrung oder Bewegungsfreude seien nur exemplarisch genannt. Es sind dies Merkmalkategorien, die zunächst in dieser Form im Bewußtsein der Tibeter kaum aufscheinen. Wir gingen somit von spontanen Vorstellungen aus, wie sie uns von den Testpersonen der Vorstudie (1992) übermittelt wurden, und verwendeten diese zur Operationalisierung von Merkmalen, die Gegenstand der Befragung waren und von Interviews (im Rahmen teilnehmender Beobachtung) ergänzt wurden.

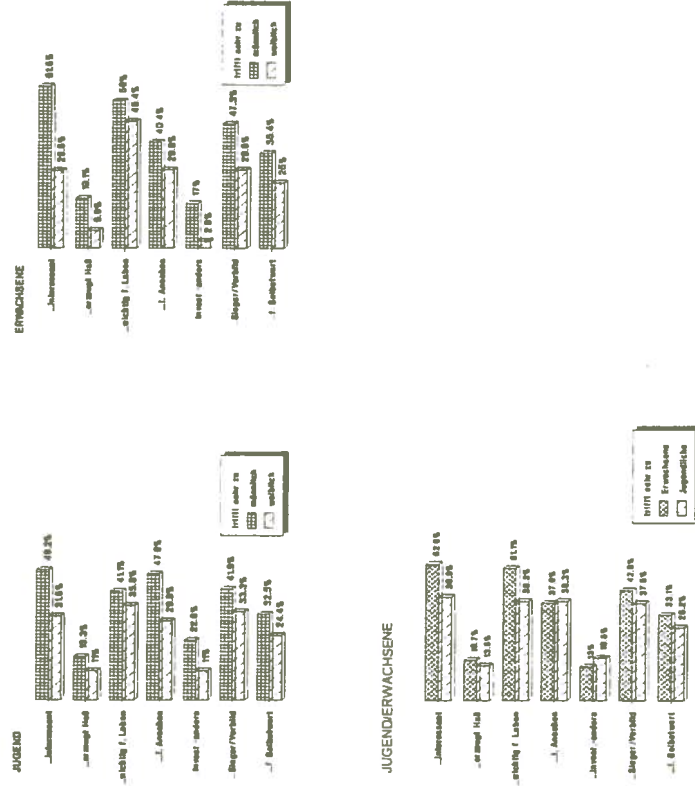


Abb. 6-8. Eigenschaften im modernen Sport aus der Sicht von Erwachsenen und Jugendlichen.

(...Invest.-anders.....Geld sollte für andere Investitionen verwendet werden.)
 (...f. Selbstwert.....wichtig für das Selbstwertgefühl)

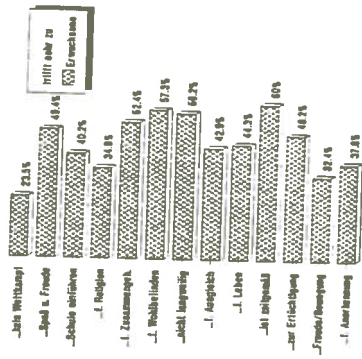


Abb. 9. Eigenschaften im Traditionssport aus der Sicht der Erwachsenen

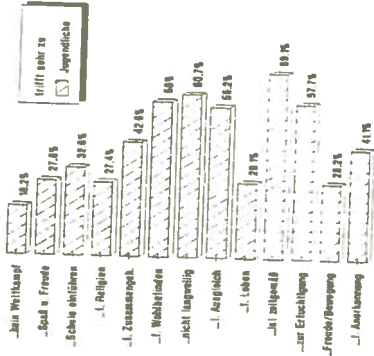


Abb. 10. Eigenschaften im Traditionssport aus der Sicht der Jugendlichen

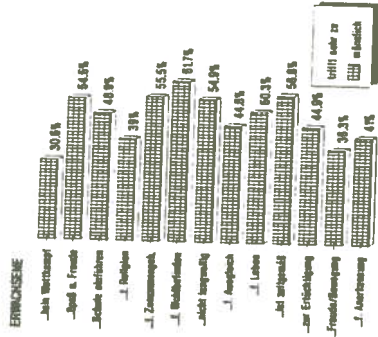


Abb. 11. Eigenschaften im Traditionssport aus der Sicht der männlichen Erwachsenen

Die vorliegenden Ergebnisse zeigen, daß mit einer einzigen Ausnahme (dem Spannungswert) Motive wie Gesellschaftsstreben, körperliche Tüchtigkeit, Wohlbefinden, soziale und individuelle Persönlichkeitsentfaltung sowie Beziehung zur Religion den Traditionssport in Tibet eindeutig bestimmen.

Vielleicht etwas überraschend ist die ebenfalls sehr positive Einschätzung des modernen Sports: Haß als Reaktion auf Niederlagen, Training und Wettkampfvorbereitung (Problemfelder des Spitzensports) werden als sehr wichtig für das Leben eingestuft, der finanzielle Aufwand für den Wettkampfsport wird durchaus akzeptiert, und sportliche Erfolge werden mit sozialer Anerkennung in Zusammenhang gebracht.



Abb. 13. Eigenschaften im Traditionssport aus der Sicht der weiblichen Erwachsenen

Traditionssport und moderner Sport schließen sich also in keiner Weise aus, und in Ansätzen finden wir bereits eine Art Überformung des traditionellen Brauchtums durch moderne Strukturen: Talentierte Frauen und Männer werden in Zentren für die Reitkünste ausgebildet, für das tibetische Ringen gibt es bereits ein straffes, allerdings noch empfohlenes Wettkampfglement, dem Sieg wird über Ausscheidungskämpfe eine wichtige Funktion zugeschrieben, und nach Meinung von rund der Hälfte der Befragten müßten die traditionellen Sportformen spannender gestaltet werden. Mit gebührender Vorsicht kann daraus geschlossen werden, daß in absehbarer Zeit auch der moderne Sport (entsprechend den Höhenbedingungen), der im Schulbereich bereits curricular verankert ist, in Tibet seinen Platz einnehmen wird. In der Vergangenheit schien eine solche Entwicklung chancenlos gewesen zu sein. MCKAY (1994) fand jedenfalls Quellen, wonach der Versuch britischer Offiziere, über das moderne Sportspiel (Fußball) Einfluß auf den Lebensstil der Tibeter zu nehmen, an der damaligen Einstellung weiter Kreise scheiterte, die darin eine Bedrohung ihrer religiösen Identität sahen.

Heute sieht eine überwiegende Mehrheit unserer Stichprobe keinerlei Probleme zwischen Religion und Traditionssport, sie betrachtet diesen sogar als wichtigen Teil ihres religiösen Lebens. Aus weiteren Gesprächen konnten wir entnehmen, daß diese Einstellung auch für den modernen Sport gilt.

Was die soziale individuelle Rangordnung der traditionellen Einzeldisziplinen betrifft (ausgedrückt durch die aktuelle Bedeutung sowie durch die Rangordnung im sozialen Kontext), so kann aus dem Ergebnis bestenfalls ein Trend näher bestimmt werden. Vor der Kulturrevolution waren Reiten und Bogenschießen primär den Adeligen vorbehalten, sie hatten somit vermutlich ein hohes soziales Image. Unsere Daten lassen erkennen, daß die Unterschiede scheinbar geringer geworden sind. Dies könnte mit einer Veränderung des Klassendenkens in Zusammenhang stehen. Jedenfalls sieht man in sogenannten "klassenlosen" Gesellschaften, daß eine schichtenspezifische Differenzierung der Sportarten nur mehr bedingt möglich ist. Viel mehr entscheiden die Präsentation von Erfolg und Können, das Empfinden von Lebensfreude, die Möglichkeiten sozialer Interaktionen oder Ich-Ergebnisse in den meisten Fällen über die Rangordnung sportlichen Tuns. Derartige Verbindungen könnten auch ausschlaggebend für die relativ geringen Unterschiede in der Antwortenverteilung sein.

These 2

Sowohl Traditionssport als auch moderner Sport werden in Tibet mit Wertvorstellungen verbunden, die beide Handlungsfelder im Sinne von Brauchtumserhaltung und erzieherischen Perspektiven positiv kennzeichnen. Kontraindikationen seitens des modernen Sports in Richtung Traditionssport sind noch auszuschließen.

4.3 Organisationsstrukturen

Die diesbezüglichen Fragestellungen betrafen den eigentlichen Ablauf der traditionellen Sportprogramme, um Vergleiche mit früheren Erfahrungen anstellen zu können.

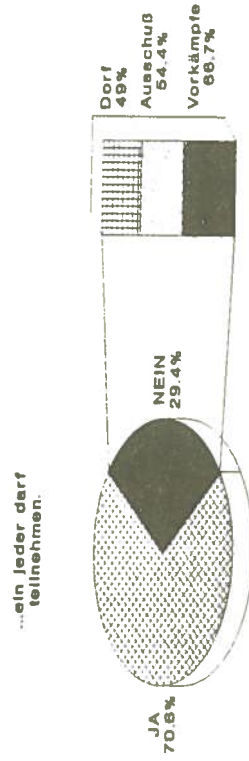


Abb. 15. Teilnahme und Organisation.

Was die Teilnahme an derartigen Veranstaltungen betrifft, so stand diese seinerzeit für jeden einzelnen offen. Allerdings waren gewisse Bewerbe (siehe oben) fast ausschließlich durch Mitglieder des tibetischen Adels repräsentiert. Dazu kam, daß

Ausscheidungskämpfe nach modernem Muster scheinbar unbekannt waren und nicht Sieg und Niederlage das Geschehen bestimmten, sondern das Bewußtsein, "bei diesem Kampf sein Bestes an Kraft und Ausdauer gegeben zu haben", wie DAMM (1960) ein solches Streben für viele traditionelle Sportformen als Wesensmerkmal sieht.

Unsere diesbezüglichen Recherchen erlauben für die Gegenwart ein differenziertes Bild: Für jene Veranstaltungen, die mit örtlichen Ereignissen zusammenhängen (Erntefest, Regenzauber, Brautwerbung, Berggötterkult), ist der offene Durchführungscharakter fast immer noch typisch: Der Termin wird relativ kurzfristig auf Beschluß der Dorfältesten festgelegt, die Teilnahme an den Reitkünsten ist eigentlich nur durch den Besitz von Pferden limitiert, und zum Gelingen trägt jedes Dorfmitglied das seine bei. Allerdings berichtete uns SCHICKELGRUBER (1995), daß die Zahl der teilnehmenden Reiter bei bestimmten Festen durch religiöse Vorstellungen eine Einschränkung erfährt. Auch meinten immerhin rund ein Drittel der Befragten, daß die Teilnahme durch einen Dorfausschuß bestimmt und mittels kleiner Vorkämpfe geregelt wird. Der Platz solcher Veranstaltungen ist im übrigen an die örtlichen Bedingungen gebunden und vielfach seit Generationen vorbestimmt.

Unabhängig vom bisweilen kulturellen Beginn (Rauchopfer) werden Organisation und Durchführung durch eine Art Jahrmarktstimung geprägt. Verkaufsbuden, geschmückte Familienzelle und spielende Kinder geben einen Rahmen großer Freude und Unterhaltung ab, während in bestimmten Abständen in vorgegebener Reihenfolge die traditionellen Sportbewerbe über die Bühne gehen.

Wesentlich strenger organisiert sind die im Jahresablauf genau festgelegten größeren Feste (Neujahrsfest, Friedensfest, Frühlingsfest, Geburtstagsfest zu Ehren Tsongkapa etc.). Sportbewerbe sind in diesen nur teilweise integriert. Durch den Stellenwert im Festtagsgeschehen Tibets ist der Umfang dieser Veranstaltungen enorm groß, was eine genauere Organisation unumgänglich macht. Sie liegt in den Händen eines Festausschusses unter der Leitung des Dorfvorstehers (Bönpo). Sofern sportliche Bewerbe vorgesehen sind, müssen die aktiven Teilnehmer, nach gezielter Auswahl in der jeweiligen Gemeinde, rechtzeitig gemeldet werden, um einen zumindest groben Zeitablauf zu sichern.

Insgesamt - und dies sei hier noch einmal deutlich gemacht - spiegeln beide Arten von Festen in ihrem Ablauf die hohe Bedeutung der traditionellen Körperkultur im Leben der Tibeter wider. Sie symbolisieren Leistungsfähigkeit, Lebensfreude, soziale Bereicherung, Körperbewußtsein und religiöse Verbundenheit.

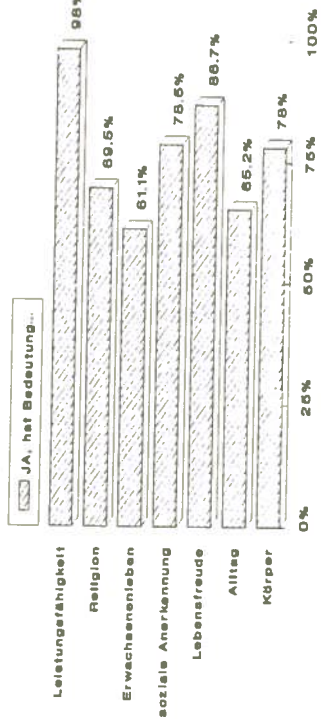


Abb. 16. Bedeutung des Traditionssports im Rahmen von Festen.

Und noch eine dritte Art der Pflege traditioneller Leibesübungen in Tibet wäre zu erwähnen. Uns erschien sie als sportpolitische Repräsentanz einer autonomen Provinz der Volksrepublik China. Zum zweiten Mal seit der Kulturrevolution fand während unseres Forschungsaufenthaltes ein von der obersten tibetischen Sportbehörde organisiertes Sportfest statt, welches die ethnische Eigenständigkeit der Tibeter in Sachen Sport dokumentieren sollte. In der Auswahl des Übungsgutes war diese deutlich erkennbar, der Durchführungscharakter war jedoch durch die Aufmachung moderner Großveranstaltungen bestimmt: Eröffnung mit Einzug fahnen-schwingender Teilnehmer in ihren ortsüblichen Trachten, gefolgt von einem einheitlich gekleideten Kampfrichterstab, anschließend strenge Ausscheidungskämpfe über ein bis zwei Tage und in der Folge die Finalentscheidungen mit anschließender Überreichung der Medaillen unter Beifall, aber auch Mißfallskundgebungen begeisterter bzw. enttäuschter Zuseher.

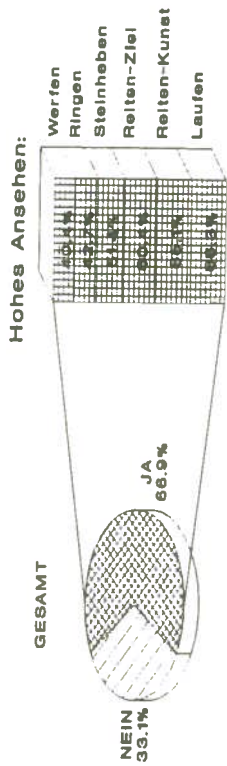


Abb. 17.1. Allgemeine soziale Rangordnung der Einzeldisziplinen und ihr Ansehen.

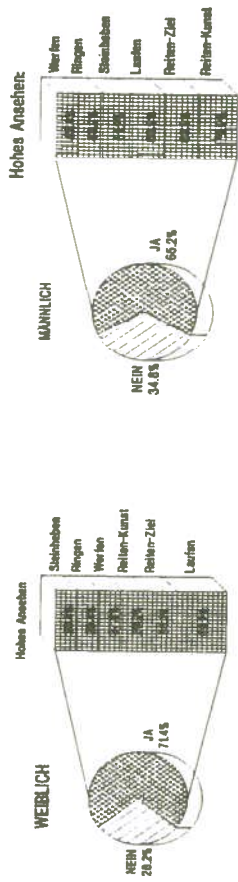


Abb. 17.2. Soziale Rangordnung der Einzeldisziplinen und ihr Ansehen aus der Sicht der weiblichen Personen

Abb. 17.3. Soziale Rangordnung der Einzeldisziplinen und ihr Ansehen aus der Sicht der männlichen Tibeter

Die unterschiedlichen Organisationsstrukturen werden wohl auch in Zukunft erhalten bleiben. Das Nebeneinander von unverfälschtem Brauchtum und sportpolitisch institutionalisierter Brauchtumsschau wird zu einer kulturellen Realität werden, was eine touristische Vermarktung des Traditionssports in Tibet in den Bereich der Möglichkeit rückt.

These 3

Die Organisationsstrukturen der traditionellen tibetischen Leibesübungen werden durch die Größe der Veranstaltung, ihren Bezug zu Volksglauben und Brauchtum sowie in Ansätzen durch Kennzeichen moderner Sportpolitik geprägt.

5. Körperkultur und Klosterleben³

Das diesbezügliche Datenmaterial wurde ausschließlich mittels unstrukturierter Interviews in 27 Klöstern erfragt. Die Aufzeichnungen erfolgten über Bild-, Ton- und Tagebuch-Dokumentationen. Diese erlaubten einen Querschnitt durch die fünf Schulen des tibetischen Buddhismus in den Provinzen Ü, Tsang und Kongpo: Gelugpa, Kagyupa, Sakya, Nyingma und Bonpo.

Schwerpunktmäßig wurden Daten zur Einstellung der tibetischen Klosterhierarchen zu den traditionellen Leibesübungen (1), zu den Yogatechniken und ihrer gegenwärtigen Ausübung (2) sowie als kulturpolitisch bedeutsame Nebenaufgabe) zur Erstellung einer Klosterstatistik 1994 (3) gesammelt. Hier soll schwerpunktmäßig nur auf Punkt (1) eingegangen werden, da die Ergebnisse von (2) und (3) in einer eigenen, tibetologisch bezogenen Veröffentlichung Raum finden werden.

Was allgemein die Geschichte des tibetischen Sports betrifft, so werden in dem Text *rtsis kyi bstan bcos* ("Aufzählungskommentar") neun männliche Sportarten (*pho rtse sna dgu*) aufgezählt:

Drei Disziplinen des Körpers, drei der Rede und drei des Geistes. Diese sind im einzelnen: Wort (*gtam*), Schrift (*yig*) und Rechnen (*rtis*): Pfeil (*mda*), Stein (*rdo*) und Sprung (*mchong*): Laufen (*bank*), Schwimmen (*rkyal*) und Ringen (*sbe*).

Am Institut für Sozialwissenschaften der Universität Lhasa wurde uns diese klassische Einteilung genannt, zusammen mit dem Hinweis, daß der dortigen Meinung nach (Vid&TonArch.&Prot.LHA 31/8) die Tradition der Sportkämpfe in Tibet auf eine dreitausenddreihundertjährige Geschichte zurückblicken kann. Vor allem die neuesten Ergebnisse der Bon-Forschung in Archäologie und Philologie präzisieren die tibetische Kulturgeschichte und erlauben nun, diese auf mehr als dreitausend Jahre auszu dehnen.

Bereits im Tsughakhang von Lhasa, erbaut von Srongsen Gampo im 7. Jh., finden sich Wandmalereien, die die Krönungszeremonien des Königs als auch die Feierlichkeiten zum Empfang der chinesischen Prinzessin Wengchen wiedergeben, wo auch die oben erwähnten "Männlichen Sportdisziplinen" festgehalten sind: Vor den Toren des Potala wurden allerlei sportliche Wettkämpfe ausgetragen, darunter Laufen, Schwimmen, Reiten, Bogenschießen, Steinheben und Ringen. Im Potala befindet sich eine Wandmalerei, die einen Traum des 5. Dalai Lama (17. Jh.) illustriert, wo ebenso anläßlich einer religiösen Feier solche Sportkämpfe ausgetragen wurden. Ähnliche

³Zur Schreibweise der tibetischen Begriffe: Die tibetischen Wörter werden klein und kursiv geschrieben, mit Ausnahme von Personen, Gottheiten und Stätten, die stets groß erscheinen. Bis auf wenig gängige Begriffe (z.B. Gelugpa) wird für das Tibetische die phonetische Umschrift verwendet, wobei auf diakritische Zeichen weitgehend verzichtet wurde.

Darstellungen finden sich auch in Tashilhunpo (15. Jh., Gelugpa), Samye (8. Jh., Nyingma) und Mingdroling (17. Jh., Nyingma).

Allein aus diesen Bildwerken läßt sich schließen, daß sportliche Wettkämpfe einst sehr wohl mit Feiern, an denen auch der Klerus teilnahm, verbunden waren. Auch HARRER (1977) berichtet von Sportfesten im Rahmen des prunkvollen Neujahrstestes. Erstes Forschungsziel war somit die Hinterfragung, welchen Stellenwert der Sport heute im Klosterleben einnimmt.

Was nun die Einstellung der tibetischen Klosterhierarchen zu den traditionellen Leibesübungen betrifft, wurde diese sehr treffend von Lamrim Rinpoche, dem gegenwärtigen spirituellen Oberhaupt des Drepung-Klosters (Gelugpa), in einem Interview folgendermaßen formuliert (Prot.DRE 3/8):

"Sportliche Wettkämpfe sind ein wichtiger Bestandteil der tibetischen Kultur, aber nur für die Laienbevölkerung. Denn die Vinaya-Regeln (i.e. monastische Disziplin) des Buddha verbieten den Mönchen die Teilnahme an jeglicher weltlicher Veranstaltung wie Tanz, Gesang, Musik, Spiel und Sport. Ein Mönch hat sich immer kontemplativ zu verhalten, er soll Ruhe und Besonnenheit ausstrahlen und seinen Blick gesenkt halten."

Und ein Vertreter des Obersten Rates (*dbu khri*) von Ganden (Gelugpa) meint ebenso (TonArch. GAN 16/8):

"Wir Mönche haben für Sport keine Zeit. Dharmapaxis und das Studium der heiligen Texte sind viel wichtiger, obwohl Sport an sich sicher gut ist. Sport ist Unterhaltung, Spielerei und nicht erlaubt im Orden. Denn hier ist die Beschäftigung mit Sutras und Tantras vordergründig. Das Ansehen eines Mönches richtet sich nach seinem Studienerfolg und nicht nach seiner körperlichen Erzüchtigung. Schließlich geht man ins Kloster, um Verdienste zu schaffen für das zukünftige Leben. Leibesübungen sind nur dann sinnvoll, wenn sie mit Religion in Verbindung stehen."

Diese Worte spiegeln allgemein die Meinung der Klosterbrigkeit aller Traditionen wider, die generell die aktive Teilnahme der Mönche an solchen Anlässen als unvereinbar mit den Mönchsgelübden sieht, aber die Pflege des traditionellen Sports in Form der Wangkhor-Feste (i.e. Vorehrtdankfeste) als wichtigen Teil der tibetischen Kultur sehr begrüßt (v.a. in Prot. TAS 28/8, SAM 8/9, YUM 8/9, PRA 9/9, KAT 11/9).

"Denn", so der Abt von Shelkar (Gelugpa), "Wangkhors sind von großer Bedeutung aufgrund ihrer langen Geschichte. Positiv ist auch, daß es sich dabei um reine Unterhaltung handelt; sie sind ein Anlaß zur Freude und vermitteln das Gefühl der Zusammengehörigkeit. Bei entsprechender reiner Geisteshaltung kann das Zuschauen bei solchen Sportspielen den *lung rta* ('Windpferd', ein tibetisches Glückssymbol) tatsächlich vermehren" (Prot.SHE 25/8).

Im Kloster werden außer körperlicher Arbeit keine eigentlichen Leibesübungen durchgeführt. Die Bedeutung körperlicher Erzüchtigung für die Gesundheit wird zwar eingesehen, aber nicht allein auf den Körper bezogen.

Allerdings gibt es einige spirituelle Übungen, die auch einen (sportlichen) körperlichen Einsatz verlangen. Die wohl rigorosere Form solch einer Grundübung, die sowohl von Mönchen als auch von Laien praktiziert wird, ist die Niederwerfung (*phyag 'tsal*). Sie wird neben den Lamatänzen (*chams*) und dem Umwandeln (*khor ra*), das sowohl einfache Umrundungen um Tempel, Stupas, Klosteranlagen, als auch große

Pilgerwege (*gling 'khor*), z. B. um den heiligen Berg Kailasa, umfaßt, worauf aber hier nicht näher Bezug genommen werden kann, als wichtigste spirituelle Körperübung genannt (z.B. Prot. SAM 28/8, GYA 21/8, SAK 24/8).

Dabei macht der Praktikant entweder eine kurze Verbeugung, wobei er aus aufrechter, stehender Haltung niederkniet und mit den Knien, den Händen und dem Kopf den Boden berührt, oder er führt die lange Version aus: Aus stehender Position beugt man sich vornüber und gleitet mit beiden Händen am Boden bis zur ausgestreckten Lage nach vorne und berührt wieder mit der Stirn den Grund. Diese Übung wird viele Male wiederholt. Als vorbereitende Übung für die Tantrapraxis werden zumindest einmal hunderttausend (oder auch 111.111) Wiederholungen gefordert.

Gleichzeitig mit dieser Körperübung soll der Geist sich auf eine bestimmte Visualisation konzentrieren, die im wesentlichen die Transmissionslinie der jeweiligen Schule darstellt. Darüber hinaus wird auch das sog. "Zuflichtsgebet" (*skyabs 'gro sdom pa*) rezitiert, das sich an die drei Kostbarkeiten (Buddha, Dharma, Sangha) und die drei Wurzeln (Guru, Deva, Dharmapala) richtet. Die Übung der Niederwerfung ist also eine Kombination von Körper (Prostration), Rede (Gebet) und Geist (Meditation), die - als Anfangsübung nicht einfach zu koordinieren - charakteristisch ist für die tibetische Yoga-Disziplin. Abgesehen von dem implizierten Nutzen der spirituellen Verdienstansammlung und Reinigung, wird sie ebenso als sportliche Betätigung geschätzt. Weil Niederwerfungen ihrer Meinung nach den gesamten Körper trainieren (Pro.SHE 25/8), werden sie von Mönchen auch über den notwendigen Leistungsnachweis hinaus gerne regelmäßig gepflegt.

In jedem Fall werden die Prostrationen mit Hilfe der Gebetskette gezählt. Die Besttrainierten können in mehreren Sitzungen (*thun*) bis zu 4500 Niederwerfungen täglich absolvieren. Dabei variiert das Tempo, durchschnittlich braucht man für hundert Wiederholungen 8 bis 15 Minuten.

Der Lama-Informant von Ganden (TonArch.GAN 16/8) gab dazu an, daß die Prostrationen nicht von allen Mönchen vollzogen werden, sondern nur von solchen, die sich auf die Tantrapraxis vorbereiten. Aber generell sei es eine sehr heilsame Übung für Kranke, besonders bei Gelenksbeschwerden, und für junge Personen, die ihre Kraft stärken wollen. Niederwerfungen sind also eine sinnvolle körperliche Betätigung, sowohl für die Dharmapaxis als auch für die Gesundheit.

Eine grundlegende Frage bildete das Körper/Geist-Verhältnis im tibetischen Buddhismus. Der 76jährige Meditationsmeister Dechen Rinpoche von Tsurphu (Karma Kagyu) gab dazu folgende Erklärung (Prot.TSUR 4/9):

"Für die Praxis des Dharma (i.e. die Lehre des Buddha) ist der Körper von großer Bedeutung. Ansonsten irrt er nur im Ozean von Samsara (i.e. leidvoller Kreislauf der Wiedergeburten) umher. Wir können sagen, daß Körper und Geist eins sind, als auch getrennt. Denn Geist stützt sich auf den Körper, aber auch nicht.

Um den Geist zu erkennen, braucht man Hingabe zum Lama, Mitgefühl mit allen Lebewesen und Abscheu vor Samsara.

Im Hinayana (dem 'Kleinen' Fahrzeug des Buddhismus) ist Dharma als kleine Tropfen zu sehen, die den ganzen Körper füllen. Wichtige Voraussetzung ist das vollendete Sündenbekenntnis.

Im Mahayana, dem 'Großen Fahrzeug', sind die zehn tugendhaften Handlungen von Körper, Rede und Geist die Basis des Dharma, die zum Wohl der Lebewesen beiträgt, während die zehn unheilvollen Taten negativen Verdienst schaffen.

Im Vajrayana, dem 'Diamantfahrzeug', ist der Körper die Gottheit, die Sprache das Mantra und der Geist Samadhi (Versenkung). In unserem Körper befindet sich das Mandala der 42 friedlichen und 58 zornvollen Gottheiten. Dieses gilt es zu realisieren; wenn wir das nicht tun, wandern wir im Samsara. Nach den tantrischen Methoden des Vajrayana können wir mit unserem Körper drei verschiedene Stufen der Erleuchtung erlangen. Die körperlichen Übungen in der *rTsa rlung* - Praxis (i.e. der Inneren Yoga) dienen dazu, den Körper zur Erleuchtung zu verwenden. Körperlich gesehen ist diese Praxis leichter in jungen Jahren zu üben. Geistig gesehen hat aber ein junger Mensch gleichzeitig mehr innere Hemmnisse zu überwinden. Schließlich, was die Lehren des 'Großen Siegels' (Mahamudra) oder der 'Großen Vollkommenheit' (*rdzogs chen*) betrifft, zielen sie auf die direkte Erkenntnis der Natur des Geistes. Das Körper/Geist-Verhältnis wird darin als *gshon nu bumpa* ('Jugendvase') bezeichnet. Das ist ein Zustand der völligen Entspannung, körperlich, energetisch und geistig, der jenseits von gut und schlecht ist."

Das Körper/Geist-Verhältnis ist also den buddhistischen Fahrzeugen entsprechend differenziert zu sehen. Aber auch die einzelnen tibetischen Traditionen begründen ihre ablehnende Haltung dem Sport gegenüber unterschiedlich. Vertreter der Gelugpa-Schule sehen neben der Einhaltung der monastischen Disziplin in erster Linie das Studium als wichtigste Aufgabe eines Mönches und werten insofern körperliche Übungen mit Ausnahme der spirituell orientierten Niederwerfungen als Zeitverschwendung. Die Meditationsmeister der übrigen Schulen (Kagyu, Sakya, Nyingma und Bonpo) hingegen, die die tantrischen Lehren halten, verweisen auf die Wichtigkeit des Körpers in Bezug auf den Inneren Yoga, wobei über die Atmung die Verbindung zwilliger Entspannung und Geist manipuliert wird. Ziel aller Yogaübungen ist der Zustand völliger Entspannung, das heißt das Finden des natürlichen Samadhi (Versenkung).

Die tibetischen Yogatechniken werden hier aber nicht näher behandelt, da sie in einer eigenen, tibetologisch orientierten Veröffentlichung Eingang finden (Loseries, 1995). Trotz dieser grundlegend metaphysischen Einstellung zum Körper und der strengen Ordnungsregeln, die sportliche Betätigung als weltliche Zerstreuung ablehnen, gab es doch quasi als Untergrundbewegung unter der Mönchspolizei von Sera und Drepung (Gelugpa) sportliche Wettkämpfe, die hier näher geschildert werden sollen.

So berichtete bereits der Klosterrat (*dbu khri*) von Drepung im Anschluß an unser Gespräch mit dem Abt (Prot.DRE 13/8), daß die Äußerungen des ehrwürdigen Rinpoche über die Mönchsdisziplin und den Sport zwar richtig seien, aber trotzdem hätte es unter den Mönchen eine Art Kräftemessen gegeben, allerdings außerhalb der Klostermauern, im Dorf. Und ein Augenzeuge, Angehöriger des Klosters, bestätigte, daß er als Kind "weit weg, unten im Dorf" solchen Wettkämpfen unter den Mönchen zugeschaut habe.

Zwei solche ehemalige Kämpfer konnten wir in den Klöstern von Sera und Drepung ausfindig machen und darüber direkt befragen.

In Sera berichtete der 77jährige Mönch Gelong Gyaltsen Legshe über seine aktive Zeit als Mönchssportler (TonArch. SER 14/8):

"Vor 1959 waren in Sera allein 8000 Mönche. Zur Bewahrung der Disziplin gab es eine eigene Mönchspolizei, genannt *mithu thobs* (eig. 'Zauberkräft', weil die Schläge dieser ursprünglich tantrischen Meister keinen Schmerz verursacht haben sollen; Inf.A 18/8). Ich kann mich nicht erinnern, wieviele Thubthobs es in Sera gegeben hat, aber sehr viele. Innerhalb der Thubthobs, denen ich auch angehörte, gab es eine Art Sportausschuß, der regelmäßiges Training organisierte und auch die Wettbewerbe festlegte. Prinzipiell waren natürlich solche Spiele vom Obersten Rat untersagt, aber da es so viele Mönche gab und die Thubthobs als mehr oder weniger autonome Organisation funktionierte, war es doch eine still geduldete Institution, der nur einige Auserwählte, die Stärksten, angehörten.

Ich war sechs Jahre alt, als ich mit dem Training begann. Es fand täglich weit abseits vom Kloster statt, und wir hatten viele gute Lehrer. Wir mußten unsere Leistungen immer steigern, bis wir, nach mindestens 12 Jahren harten Trainings, erstmals an einem Wettkampf teilnehmen durften. Ich war 24 Jahre alt bei meinem ersten Kampf. Für die sog. Thubthob-Spiele wurde zuerst brieflich zwischen den Sportausschüssen von Sera und Drepung der Termin festgelegt.

Austragungsort war immer der Kampfplatz des Vorjahressiegers. Zwei gleich starke Mannschaften mußten gegeneinander antreten. Zu meiner aktiven Zeit waren wir immer neun Mönche ca. gleichen Alters. Zuerst mußten wir vom Obersten Rat für die Dauer der Spiele vom Klosterdienst suspendiert werden, was aber unter einem anderen Prätext, z.B. Besuch im Heimatdorf oder Helfen beim Einbringen der Ernte, geschah. Wir waren damals alle böse Jungen und hätten lieber studieren sollen! Die Spiele selbst waren ein beliebtes Ereignis im Dorfleben, und viele Zuschauer nahmen daran teil. Die Reihenfolge der Spiele, die unter Aufsicht von je einem Kampfrichter aus Sera und Drepung stattfanden, war immer die gleiche:

Es war ein Zwölfkampf, wobei jeweils ein Vertreter der Sera Thubthob gegen einen Vertreter der Drepung Thubthob angetreten ist. Der erste Durchgang bestand aus einem Weitsprung mit Anlauf, wofür vier Versuche gemessen worden sind (1-4). Die höchste Wertung, abgenommen mit einer Schnur, zählte. Der Absprung war mit einem Stein als Startlinie gekennzeichnet. Im Aufsprungbereich war Sand aufgeschüttet. Der zweite Durchgang waren zwei Arten von Steinwurf: zwei Versuche von oben (5-6) und 2x von unten (7-8). Als Stein verwendeten wir eine Art Pflasterstein (Maße: 10x6x6cm), ich besitze noch einen als Andenken. Es wurden immer dieselben Steine verwendet, die dem Gruppenteam gehörten. Beim Wurf mußten die Steine in Fausthaltung an der Quaderoberfläche gehalten werden (Inf. zeigt die Haltung). Auch hier zählte wieder der weiteste Wurf.

Der dritte Durchgang bestand aus einem beidhändigen Rückwerfen auf Weite mit zwei Versuchen (9-10). Dabei mußten beide Füße nebeneinander sein, und mit Schwung holen wurde der Stein mit beiden Händen rückwärts geschleudert. Als 'Blödelbewerb' wurden manchmal noch zwei Versuche mit beidhändigem Rückwerfen durch die Beine angehängt.

Der vierte Durchgang bestand aus zwei Salti nach rückwärts, ebenfalls mit zwei Versuchen (11-12). Dabei standen die Kämpfer beim Absprung auf einer Kante ca. zwei Meter über dem Boden mit gegrätschten Beinen. Wichtig war ein guter gestandener Aufsprung. Jeder Bewerb wurde extra bewertet und dann der Endsieger ermittelt. Ich habe oft bei diesen Kämpfen gewonnen. Gleichzeitig wurde auch eine der beiden

Mannschaften als Mehrpunktsieger bestimmt. Am besten war immer ein unentschiedener Ausgang der Spiele, weil er viel zur Harmonie beigetragen hat.

Bei der Preisverteilung wurde ein Kata (weiße Glücksschleife) überreicht, und wenn es einen Sponsor aus der Dorfgemeinde gegeben hat, auch etwas Geld zu unserem persönlichen Verbrauch. Auf alle Fälle gab es eine Einladung zum Essen im Dorf, und dann wurde weitergefeiert mit Opern (*Iha mo*) und anderen Volksbelustigungen. Bei den Kämpfen ging es vor allem um das Prestige. War unsere Mannschaft siegreich, sind wir sehr wohl vom Obersten Rat gelobt worden. Haben wir verloren, gab es sehr harte Schläge von den anderen Thubthob.

Es ist gut, daß es diese Spiele jetzt nicht mehr gibt, denn es waren nur böse Jungensstreiche. Wir Thubthob hatten einen sehr schlechten Ruf. Wir hätten lieber mehr lernen sollen, als zum Training zu gehen. Aber es war auch sehr lustig. Ich bin der einzige in meinem Kloster, der noch übrig ist von den ehemaligen Kämpfern. Jetzt im Alter ist mir die Praxis viel wichtiger, und ich halte nichts mehr von solchen Spielereien in der Jugend. Obwohl ein starker, gesunder Körper auch wichtig ist. Ich war sehr stark und bin es immer noch. Aber solche Kämpfe fördern nur das Ich-Denken, und das ist nicht gut."

Dieser Bericht deckt sich mit den Informationen, die ein Veteran der Thubthob-Kampftruppe des Drepung-Klosters gegeben hat. Der ebenfalls 77jährige Gelong Thubten Retog (und ehemaliger Gegner unseres Sera-Thubthob) beschrieb die Trainingsabfolge genauer (Prot.PJE 18/8 und TonArch.DRE 18/8):

In Drepung, wo früher ca. 12000 Mönche lebten, gab es ca. 500 Thubthob. Davon waren aber nur wenige Kämpfer. Das Training fand täglich in zwei Sitzungen statt, nach Sonnenaufgang und abends vor der Dämmerung, insgesamt ca. drei Stunden. In Drepung gab es nur einen Trainer, jeder übte für sich. Der Trainingsplatz von Drepung lag zwei Stunden Fußmarsch entfernt. Sie verließen das Kloster in der Früh und kamen am Abend zurück. Die Sportler hatten sonst keine andere Arbeit zu verrichten. Vor allem drei Monate vor Beginn des Wettkampfes wurde das Training intensiviert. Dabei kamen Beinbrüche relativ selten vor, aber öfters Gelenkschwierigkeiten. Der Informant selbst begann im Alter von 18 Jahren mit dem Training. An einem Wettkampf nahm er nur einmal teil. Der Zeitpunkt für den Wettkampf war zwischen drei Monaten und einem Jahr im voraus geplant und fand in den Monaten November und Dezember nicht unbedingt jährlich statt. Der Wettkampf selbst dauerte einen Tag, begann vor Sonnenaufgang und endete zu Mittag. Die zwölf Bewerbe für neun Teilnehmer machten insgesamt 108 Einzeldurchgänge aus - die heilige Zahl! Während des Kampfes trugen die Mönche eine spezielle Tracht, eine Sonderform der üblichen Mönchsrobe. Dabei wurde das Beinkleid (*shams thabs*) über den Knien hochgeschürzt, und die "Elefantenhöhren" des Mönchhemdes (*stod thung*) waren besonders breit ausgelegt (ähnlich einem Baseballspieler). Im Kloster selbst hatten diese Spiele wenig Prestige, aber in der Dorfgemeinschaft brachten sie Ruhm und Ehre für das Kloster ein. Nach Meinung des Informanten hatten diese Spiele auch geschichtliche Bedeutung, da sie eine Demonstration der monastischen Kriegsmacht waren, die heute an Bedeutung verloren hat. Da aber diese beiden Großklöster des öfteren Schauplatz und Ausgangspunkt politischer Umstürze waren, ist diese Rechtfertigung für die Thubthob-Spiele wohl berechtigt (HARRER 1977).

Weitere sportliche Spielereien von Mönchen werden aus Shigatse berichtet. Eine diesbezügliche Information, die Dondrub Tashi, der Direktor der örtlichen Sportschule, "nur vom Hörensagen" an uns weitergab (Prot.SHI 23/8), besagt, daß im Sommer, wenn die Mönche zum nahen Fluß baden gingen, sie verschiedene Spiele zum Kräffemessen ausübten. So sollen sie einen Kornsack mit den Zähnen aufgehoben und über die Schulter oder auf einen Eselsrücken geworfen haben. Außerdem pflegten sie beim Baden in der Öffentlichkeit das Steinheben und Ringen. Im Kloster selbst, wenn Bauern mit Opfergaben auf ihren Eseln gekommen sind, haben sie die Tiere mit ihren Lasten zum Unmut der Bauern auf eine hohe Plattform gehoben.

Als wir den 71jährigen Abt des Klosters Tashilunpo (Gelugpa) darüber befragten, bestätigte er diese Streiche (Prot. TAS 28/8) und präzisierete:

"Es stimmt, daß die Mönche, wenn sie zum Fluß baden gegangen sind, solche Spiele unternommen haben. Darüber gibt es sogar Wandmalereien im Kloster. Sie haben also eine gewisse Tradition. Genau gesprochen waren sie imstande, 4x28 rgya ma (ein Yard-Maß?) zu heben. Das war nur ein Zeitvertreib und von der Obrigkeit nicht gern gesehen. Für Mönche ist körperliche Kraft nicht wichtig, aber dennoch haben die Starken ihre Kräfte gerne auf diese Weise zur Schau gestellt. Das Volk glaubte dabei an übernatürliche Kräfte. Aber es war keine Magie, sondern nur körperliche Kraft."

Während unseres Forschungsaufenthaltes in Tibet hatten wir Gelegenheit, das von der Sportakademie organisierte Sportfest in Lhasa zu beobachten. Bei den Wettbewerben des Steinhebens nahmen auch drei junge Mönche eines Gelug-Klosters im Bezirk von Nagchu teil. Auf unsere Fragen erfuhren wir, daß sie von der örtlichen Gemeinde (Nagcha) ausgewählt worden waren, an diesen Wettbewerben teilzunehmen (Prot. LHA 9/8). Da überanstrengt, waren sie nicht weiter geprägt. Sie gaben nur ihrer Hoffnung auf einen Sieg Ausdruck, um mit dem ausgeschriebenen Geldpreis einen Beitrag zum Wiederaufbau ihres Klosters leisten zu können. Aber über eine Rückfrage bei unserem Lama-Informant in Ganden (TonArch. 16/8) erfuhren wir, daß es durchaus üblich sei, starke Mönche aus dem Kloster für solche Anlässe abzubufen. An sich gestattet die Ordensregel nicht die Teilnahme an solchen Spielen, es gibt jedoch die Möglichkeit der Freistellung. Aber generell - so der Informant - seien die Klosterregeln so kompliziert, daß eigentlich auch das Tragen von Lederschuhen im Klosterareal verboten wäre. Insofern bestehe oft ein Konflikt zwischen Vorschrift und Praxis. Bedingung sei aber, daß die Mönche bei solchen sportlichen Wettbewerben in ihrer Mönchsrobe auftreten, was sie einerseits vom Rest der Teilnehmer abhebt, andererseits aber auch für die Bewegungsfreiheit keinen Vorteil biete. Die Mönche müßten eben auch mit hinderlicher Robe ihre Überlegenheit beweisen können!

Im Anschluß an die gemeinsame offizielle Forschung wurde noch im Alleingang eine "restudy" ausgeführt. Dabei war Gelegenheit, im Katsel (Drikung-Tal) an der Eröffnung einer von Schweden gesponserten tibetischen Schule teilzunehmen. Zum Unterschied von den Feierlichkeiten in Lhasa (Yoghurt-Fest, Sportfest) wurde hier ein rein tibetisches Kulturprogramm geboten, ohne chinesische Parteipropaganda. Neben diverser Tanzdarbietungen, Kabarets, Opernaufführungen und Reiterspielen stellte der Moderator ein Team von acht Tänzern als Mönche verkleidet vor, die "so wie es früher in Klöstern üblich war", Leibesübungen (lus rtsal) darboten sollten (Prot. KAT 14/9). Die als Thubthob-Mönche mit hochgeschurztem Beinkleid und ausgestopften Hemdärmeln verkleideten Tänzer führten dann spielerisch Szenen des Steinhebens und Steinwerfens vor. Ein großer Stein in der Mitte wurde von dem Kräftigsten

hochgestemmt, die kleineren durch die Beine rückwärts geworfen und wieder vom nächsten gefangen in einer Art Ballspiel. Dies beweist, daß sehr wohl die Thubthob-Spiele im traditionellen Brauchtum noch nachklingen.

These 4

Prinzipiell widersprechen eine sportliche Betätigung und damit auch die Mönchsspiele den Mönchsregeln. Als sinnvoll werden Leibesübungen nur im Zusammenhang mit religiöser Praxis und Yoga gehalten, wobei die Beziehung zum Körper in den einzelnen Schulen des tibetischen Buddhismus unterschiedlich gesehen wird. Ausnahmen (Teilnahme von Mönchen an Traditionssportfesten) werden von Klostervorstehern unterschiedlich interpretiert.

Literatur

- BACHLEITNER-HOFMANN, R. (Hrsg.) (1986). Persönlichkeits- und Einstellungsforschung im Schulsport, Wien.
- BARISCH, H. (1971). Sportgeschichte aus erster Hand, Würzburg.
- BAUM, L. Sportbezogene Bedürfnisse und Einstellungen, Diss., Leipzig o.J.
- DAMM, H. (1960). Vom Wesen sogenannter Leibesübungen bei Naturvölkern, in: Studium Generale, 13/1.
- DAVID-NEEL, A. (1977). Im Land der Dämonen, Würzburg.
- DECKER, W. (1992). Sports and Games in Ancient Egypt, New Haven-London.
- DIEM, C. (1982). Asiatische Reiterspiele, Hildesheim-Zürich-New York.
- DIEM, C. (1971). Weltgeschichte des Sports, Bd. 1, Stuttgart.
- DU XI/HU MING (1985). Traditionelle Sportarten in China, Beijing, (chin. Orig.).
- DUNNING E., SHEAD, K. (1979). Barbarians, Gentlemen and Players, Oxford.
- FÖRST, H. (1989). Tibet, Freiburg.
- FUNG YI, (1990). Sammlung traditioneller Sportarten in China, Kuang Li, (chin. Orig.).
- GRUNDMANN, M. (1983). Die Niederlage ist ein Sieg, Düsseldorf.
- HARRER, H. (1977). Sieben Jahre in Tibet, Frankfurt.
- HEDIN, S. (1922). Transhimalaya, Leipzig.
- HEIM, K., WENDLANDT, K.M. (1986). Pfeil und Bogen, München.
- HERRIGEL, E. (1959). Zen in der Kunst des Bogenschießens, München.
- HIRSCHBERG, H. (1978). Ladakh - das andere Tibet, München.
- HU MING (1989). Chinesische traditionelle Sportarten, Chengdu, (chin. Orig.).
- JENSEN, A.E. (1950). Mythen und Kult bei Naturvölkern, Wiesbaden.
- JOHLER, R. (1994). Die olympischen Spiele der Alpen, in: Spectrum der Sportwissenschaften, 2, Wien.
- KAMPHAUSEN, H. (1972). Traditionelle Leibesübungen bei autochthonen Völkern, in: Überhorst H.: Geschichte der Leibesübungen, Bd. 1, Berlin.
- KENYON, G.S. (1968). A conceptual model for characterizing physical activity, in: Research Quart. 39.
- LOSERIES, A. (1995). Psychic Sports - A Living Tradition in Contemporary Tibet?, in: Tibetan Studies, Graz.
- MA CHENG, MING JIU DOU JIE (1989). Traditionelle Sportarten in Tibet, Lhasa, (chin. Orig.).

- MANDELL, R.D. (1986). *Sport - eine illustrierte Kulturgeschichte*, München.
- MATHYS, F.K. (1958). *Kultische Ursprünge des Sports*, Celle.
- MC KAY, A. (1994). *Politics and Sport in Tibet*, in: *History of Sport*, 11/3, London.
- MEULI, K. (1943). *Der Ursprung der Olympischen Spiele*, in: *Die Antike XVII*.
- RIN-CHEN LHA-MO (1926). *We Tibetans*, London.
- UEBERHORST, H. (1972). *Geschichte der Leibesübungen*, Bd. 1, Berlin.
- WEILER, I./ULF, Ch. (1981). *Der Sport bei den Völkern der alten Welt*, Darmstadt.

Die im Kapitel 4 (Körperkultur und Klosterleben) eingeklammerten Quellenangaben beziehen sich auf die bei den Autoren einsehbaren Video-, Ton- und Tagebuchprotokolle.

Alle Daten der Untersuchung sind gespeichert und für weitere Forschungen zugänglich.

Für die kritische Durchsicht sei Herrn Univ.Prof. Dr. Weiler, Universität Graz, Herrn Dr. Schickelgruber, Völkerkundemuseum Wien, sowie Herrn Mag. Bugram für die statistische und grafische Bearbeitung gedankt.

Rezension von Hannes Patek

OTMAR WEIß (HG.)

Sport - Gesundheit - Gesundheitskultur

(Böhlau Verlag Wien-Köln-Weimar 1994 ISBN 3-205-98201-0)

Einleitung

Die Diskussion über den Zusammenhang zwischen Sport und Gesundheit ist angesichts des drohenden/angedrohten Zusammenbruchs der Staatsfinanzen aktueller denn je, sind es doch in einem beträchtlichen Ausmaß die explodierenden Kosten im Gesundheitssystem und die alarmierende Zunahme an Frühpensionierungen infolge zivilisationsbedingter Bewegungsmangelkrankungen, die den Bundeshaushalt nicht nur in Österreich in Schwierigkeiten bringen. Die in Erwägung gezogenen Erhöhungen der Sozialversicherungsbeiträge und der Zuschüsse des einzelnen zu Medikamenten und Kuraufenthalten, die Pläne zur Heranführung des faktischen an das gesetzliche Pensionsalter lösen in der Bevölkerung und bei den Politikern mehr Unruhe aus als der seit Jahren bekannte und beklagte schlechte Gesundheitszustand der österreichischen Jugend und die weiterhin steigende Zahl der Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems sowie des Stütz- und Bewegungsapparates, die sich immer öfter bereits im Kindes- und Jugendalter manifestieren. Abgesehen von den angeführten Kostengründen sind angesichts geplanter Stundenreduktionen im Fach Leibesübungen in der Unterstufe und bereits vollzogener Einsparungsmaßnahmen im Bereich der Unverbindlichen Übungen sowie der Schulveranstaltungen mit sportlichem Schwerpunkt allein aufgrund der pädagogischen Verantwortung neue Konzepte gefragt, die das Gesundheitsbewußtsein, den Gesundheitszustand und das Gesundheitsverhalten nachhaltig positiv beeinflussen, ohne den Sport dabei zu instrumentalisieren. Da das Motiv Gesundheit und Wohlbefinden auch für die Leibeserziehung in der Schule eine wesentliche Legitimationsgrundlage darstellt (vgl. GRUPE, S. 164; ULLMANN, S. 199 ff.), sind gerade die Sportwissenschaften aufgerufen, die Bedeutung der Bewegung/des Sports für die Gesundheit genauer als bisher zu definieren und gemeinsam nach umfassenden Lösungen zu suchen.

WEIß initiiert als Herausgeber einen interdisziplinären, auf Integration ausgerichteten Gedankenaustausch, indem er Vertreter der Soziologie, der Physiologie, der Psychologie, der Pädagogik und der Kommunikationswissenschaft nacheinander zu Wort kommen läßt. WEIß setzt den Begriff „Gesundheitskultur“ als theoretische Klammer. Dahinter steht die Sicht des Menschen als ein soziales und kulturelles Wesen mit auf Gesundheit bezogenen Werthaltungen, Einstellungen und Verhaltensweisen, die am Körper ansetzen (vgl. S. 13). Der diesem Buch zugrundeliegende Gesundheitsbegriff ist ein dynamischer und geht somit über den von der WHO - mittlerweile erweitert - definierten „Zustand des Wohlbefindens“ hinaus. Gesundheit ist in diesem Verständnis eine aus sozialen, körperlichen und seelischen Anteilen aufgebaute veränderliche Größe, abhängig vom individuellen Lebenskontext.