

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule  
Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 44 (1987)

**Heft:** 2

**Artikel:** Sport in China [Fortsetzung]

**Autor:** Lehmann, Anton

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-992719>

#### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

#### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

#### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 12.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# BLICK ÜBER DIE GRENZE

## Sport in China

### Teil 3

Anton Lehmann

**Die Teile 1 und 2 (Nr.12/86 und Nr.1/87) brachten eine Schilderung der Sportrespektive Talentförderung sowie einige Überlegungen zu Chinas konsequenter Entwicklung des Spitzensports. Dieser dritte Teil beschreibt, was die Massen bewegt, nämlich alt-chinesische Sport- und Leibesübungen. Er zeigt, dass diese traditionellen Formen des Sporttreibens auf breiter Ebene weiterleben, ja immer mehr Anhänger gewinnen. Tradition verbindet sich mit der Moderne (dem Spitzensport), die im übrigen deutlich westliche Züge trägt. Im übrigen verweisen wir auf den Artikel «T'ai-Chi» auf Seite 21**

### Ni Hao: Guten Morgen!

**3 Uhr morgens:** Beijing, Sporthochschule. Fernseh-Direktübertragung des Fussball-WM-Finals aus Mexico. Ein spannendes Spiel zu ungewohnter Stunde. Spiel und Fistelstimme des Kommentators – unvergleichlich, wie er immer wieder Maradona ins Mikrofon schreit – halten uns wach.

**5 Uhr morgens:** Der Schlaf lockt uns nicht mehr – es treibt uns hinaus. Zu zweit radeln wir zum nahegelegenen Sommerpalast, der ehemaligen Residenz des Kaisers, dem Sonnenaufgang entgegen. Noch steht Beijing still. Menschenleere Strassen, verstummte Geräuschkulisse. Gelegenheit genug, noch etwas über das füssballerische Ereignis dieser Nacht zu fachsimpeln.



*Kampfsport chinesisch. Boxen ist in China verboten, doch werden alle andern olympischen Sportarten systematisch gefördert.*

**6 Uhr morgens:** Sommerpalast. Sonnenaufgang in lieblicher Umgebung. Erste Sonnenstrahlen tauchen den Palasthügel, später Bäume und Arkaden in ein farbenprächtiges Lichterspiel, das sich im Palastsee widerspiegelt. Was den angebrochenen Morgen für uns Bleichgesichter zum unvergesslichen Erlebnis macht – die eben konsumierte Fussballkost ist rasch verdaut –, sind die Menschen. Menschen, wie sie in den neuen Tag hineingehen in einer erwachenden Millionenstadt. Lautlos, von überall her, tauchen sie auf; in Lichtungen, unter Bäumen, am See, zu zig-Tausenden aber auch einfach nur auf Strassen, auf Plätzen (ohne Kulisse des Sommerpalastes), gehen sie ihren allmorgendlichen körperlichen Übungen nach, allein oder gruppenweise – Frühsport chinesisch!

Fast alle üben sich in einer der zahlreichen Kampfsport-/Selbstverteidigungsarten. Chinesen nennen das Wushu. Viele machen Wushu mit Hilfsmitteln (Waffen) wie Schwertern und Stöcken, andere machen es ohne Waffen, das bei uns als Taijiquan (Tai-chi), das heisst als Schattenboxen, schon einen gewissen Bekanntheitsgrad hat.

Frauen und Männer, Junge und Alte, alle in Alltagskleidung, alle auf dem Weg zur Arbeit. Sanfte, langsame, ja zeitlupenähnliche Bewegungen – vergleichbar mit denjenigen einer schleichenden Katze – gehen plötzlich über in energische und blitzschnelle. Gerader Rumpf, fester Stand (in leichter Hocke) und gute Balance garantieren eine lockere und unverkrampfte Bewegungsausführung. Da ist Rhythmus und Harmonie, da ist Ruhe und Lebendigkeit zugleich. Bilder von seltener Schönheit. Mir scheint, dass ein solches Wechselbad von Entspannung und Spannung psychisch stabilisierend wirken muss. Schattenboxen als Meditationsritual der Millionen. Sich besinnen, sich sammeln, sich konzentrieren..., frei werden, um den neuen Tag in Ruhe und Ausgeglichenheit zu bewältigen. Chinesen interpretieren da etwas «bescheidener». Wushu sei schlicht «Training des Körpers, des Willens und der Atemtechnik». Hoher Anspruch sich selbst gegenüber oder falsche Bescheidenheit?, das ist hier die Frage.

Freilich gibt es nicht ausschliesslich Wushu. Für eine kleine Minderheit heisst Frühsport auch Training, heisst auch Spiel. Kommt da nicht ein jugendlicher



Bodenakrobatik in einem Saal, in welchem gleichzeitig noch andere Sportarten geübt werden.

Leistungssportler in auffallend hohem Lauftempo dahergekeucht? Konditions-training am frühen Morgen. Begegnung auf der Strasse und im Park mit Frauen und Männern, die einfach spielen; Freude am körperlichen Erlebnis, am Spiel mit Partner oder Gegner. Ballspiele wie Badminton und Volleyball sind Trumpf.

7 Uhr morgens: Das Spektakel ist vorbei. Ab 7 Uhr kehrt wieder Alltag ein auf Beijings Strassen. In einer endlosen Schlange von Velofahrern fahren wir zurück zur Sporthochschule. Nur noch am Fahrrad aufgeschnallte Schwerter, Stöcke usw. erinnern an das eben beendete Ritual. Anfänglich erschien uns die Verkehrsszene als lärmendes Chaos. Pausenlos hupende Autos und klingelnde Fahrräder. Regellosigkeit, eben Chaos. Mittlerweile durchschauen wir diese Szene. Mir chöme druu! Tatsächlich gibt es Regeln, die ei-



Veloland China.

ne ganz bestimmte Ordnung bewirken. Kein Rechtvortritt zwar. Vortritt hat immer der stärkere Verkehrsteilnehmer: Bus/Lastwagen vor PW vor Fahrrad vor Fußgänger, dafür gegenseitige Rücksichtnahme. Es wird nicht aus Ungeduld oder aus Ärger gehupt, sondern um die potentielle Gefahr, die vom Auto ausgeht, zu signalisieren. Hupen, um Radfahrer und Fußgänger zu warnen. Wo wir Weisse vor Schreck das Falsche tun würden, sind Chinesen noch in der Lage, adäquat auf Gefahren zu reagieren. Wie zum Beispiel der Radfahrer, der sich ahnungslos anschickte, rechtwinklig mit unserem Auto zu kollidieren. Nach dem Hupsignal unseres Fahrers gelang ihm ein spektakulärer Schwenker in unserer Fahrtrichtung – zu seiner Rettung. Schock und Schreck für uns, die wir im Auto sassen. Keine Hektik also im Straßenverkehr, kein Sich-vor-Drängen. Ausnahme: An Busstationen wird kaum Schlange gestanden. Beim Einsteigen entsteht ein entsprechendes Gedränge – ohne Flüche. Das Tempo der Radler zum Beispiel ist einheitlich langsam. Gleichsam ein Tross mit gemeinsamen Zielen. Nie habe ich Chinesen auf der Strasse, egal wie heikel die Verkehrssituation auch war, schimpfen, fluchen oder



Stimmungsbild aus einer Seitengasse von Shanghai.

drohen sehen. Nochmals: Ich meine, dass solch natürliche Beherrschung, dass diese geläuterte Ausgeglichenheit – zu beobachten auch in anderen Alltagssituationen – einiges mit den tagtäglichen Übungen, mit Schattenboxen und seinen psychischen Auswirkungen zu tun haben müssen.

### Frühsport ist Pflicht

6 Uhr morgens am andern Tag: Frühsport ist an jeder Schule und Universität Pflicht, nicht nur an der Sporthochschule. Nach dem gestrigen Erlebnis auf Beijings Strassen, Plätzen und Pärken nimmt es uns wunder, wie Frühsport hier an der Sporthochschule betrieben wird. Es ist Prüfungszeit. Viele Studenten treffen wir mit ihrem Textbuch an. Morgendliche Bewegungsübungen und Lektüre lassen sich offenbar bestens kombinieren. Die meisten Studenten trainieren jedoch ihre Hauptsportart. Ich sage ausdrücklich Training, weil schon zu dieser frühen Morgenstunde sehr intensiv geübt wird und zwar unter Anleitung des Trainers. «Welchen Stellenwert hat Wushu?» wollten

wir von Vizedirektor Wang, zuständig für Auslandbeziehungen, wissen: «Die zahlreichen Wushu-Studenten machen auch morgens Wushu. Mit der Ausbildung von Sportlehrern in chinesischen Kampfsport-/Selbstverteidigungsarten tragen wir dazu bei, diese Tradition zu erhalten und zu fördern.» Chinesen wissen um die gesundheitlich positiven Auswirkungen von Wushu, prophylaktisch und therapeutisch. Dass auch die traditionelle chinesische Medizin (zum Beispiel Akupunktur, Massage,...) an Universitäten und Spitäler stark gefördert wird, erstaunt deshalb wohl nur uns. Tatsächlich hat die Wushu-Bewegung auch an der Sporthochschule Fuß gefasst, weit über die Wushu-Studenten hinaus. Insbesondere abends im Dämmerlicht packt Studenten und Jugendliche aller Sparten, aber auch ausländische Gäste (wir eingeschlossen) ein eigenständliches Wushu-Fieber. Trotz hoher olympischer Ambitionen, trotz erklärter Absicht, überall zu modernisieren, scheinen die Chinesen die Relationen nicht zu verlieren. Es ist ihnen zu wünschen, dass sie den Überblick behalten, dass traditionell erprobte Werte nicht kritiklos dem Neuen, dem Modernen weichen müssen. ■