

弓道 Kyudo

Japanisches Bogenschießen

Von Hans Gottfried

Kyudo ist bei uns im Westen u.a. durch das 1948 erschienene, in mehrere Sprachen und Auflagen übersetzte Buch, ein Klassiker der westlichen Literatur über den „Zen – Buddhismus“ von Eugen Herriegel: „Zen in der Kunst des Bogenschießens“, bekannt geworden. Er beschreibt darin seine Erfahrungen im japanischen Bogenschießen unter Meister Awa während seines Aufenthaltes als Gastprofessor für Philosophie an der kaiserlichen Universität zwischen 1924 und 1929 in Sendai.

Um Kyudo zu üben, wird ein asymmetrischer ca. 2,25 m langer Bogen und im Gegensatz zu dem westlichen Sportbogen ohne Zieleinrichtung und Pfeilaufgabe benötigt. Der japanische Bogen besteht aus mehreren Lagen Bambus, aber auch Bögen aus Carbon oder Glasfaser werden benutzt. Die passenden (Auszugslänge) Pfeile, die etwas mehr als die Hälfte der eigenen Körperlänge ausmachen, gibt es aus dem gleichen Material und Aluminium. Zum Ziehen der Sehne mit dem rechten Daumen trägt der Schütze einen speziellen Handschuh.

In den ersten Jahren beim jap. Bogenschießen geht es vor allem um Technik, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Der Gesamtbewegungsablauf des Schießvorganges ist in acht Stufen (Hassetsu) aufgebaut, die nachfolgend bewusst langsam, exakt fließend und ohne zu stoppen erreicht werden. Es ist viel Übung notwendig um die Bewegungsphasen in möglichst großer Harmonie zu beherrschen vom Ausrichten zum Ziel und Positionieren der Fußstellung (Ashibumi) bis zur verbleibenden bilanzierenden Form nach dem

Abschuss (Zanshin). Wenn dabei alle Hassetsus korrekt ausgeführt wurden, sollte das Ergebnis ein in 28 m entferntes Mato (Zielscheibe von 36 cm im Durchmesser) getroffen sein. Die Bewegungen sind eher eine nach innen gerichtete Übung und damit für einen selbst erst nach langem Üben hochspannende Erfahrung, ohne für den Laien sichtbare äußere spektakuläre Aktivität.

„Dass Kyudo-Üben über lange Jahre nachhaltig auf den Übenden zurückwirkt, ist für japanische Bogenschützen keine Frage. Kyudo schult Konzentrationskraft und Gelassenheit, es schärft Körperwahrnehmung und Körpergefühl. Sehr positiv wirkt Kyudo auf Körperhaltung, Balance und Bewegungskoordination, was leiblicher und seelischer Gesundheit zugute kommt. Darüber, wie diese Wirkungen zustande kommen, wird in Japan kaum gesprochen. Jeder ausdauernd Übende erlebt diese Wirkungen – wenn er Kyudo faszinierend genug findet, um sich von den auftretenden Hemmnissen nicht entmutigen zu lassen.“

(Obereisenbuchner 1987, S. 15/18)

In Deutschland werden hauptsächlich zwei Stilrichtungen gelehrt, den der kriegerischen Technik näherstehendem Heki - Stil mit dem vor dem Körper seitlichen Heben des Bogens und dem in Japan aber auch international häufigeren Shomen - Stil mit dem zentralen Heben des Bogens. Beide Stile unterscheiden sich jeweils auch durch ihr ideelles Prinzip Kan - Chu - Kyu (Durchschlagskraft, Schnelligkeit - Treffsicherheit - Ausdauer, Kontinuität) für den Heki - Stil und Shin - Zen - Bi (Wahrheit - Güte - Schönheit) für den Shomen - Stil.

Überlegungen die hinter der Entwicklung der Form des Shomen-Kyudo in Japan standen:

„Wir haben in Japan das Sprichwort: Handle in Übereinstimmung mit Zeit und Ort.

Unser Leben ist nicht mehr so Einfach, wie es früher einmal war. Wir leben in einer komplexen Welt, in der unsere Existenz von



Herbert Possenriede während einer Präsentation auf der DDK Sommerschule 2009.

andauerndem Frieden und Zusammenarbeit zwischen allen Nationen abhängt. Die Übung von Kyudo kultiviert Gleichgewicht und Harmonie. Kyudo ist ein Weg uns selbst und andere besser zu verstehen.“

(Onuma, DeProspero 1993, S. xiii)



Bundesbeauftragter für Kyudo
im DDK ist Hans Gottfried
Franz-Boecker-Str. 52
86633 Neuburg a. d. Donau
☎ 08431 / 4 03 81 oder 4 39 75 📧 / 4 39 66
hans.gottfried@ddk-ev.de

