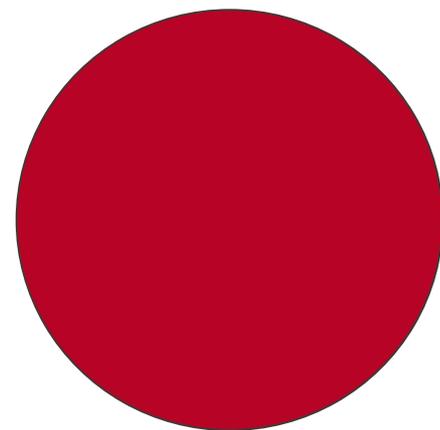


Paderbow 2023

弓道

KYUDO

11.11.2023





© R. Payran

KYUDO

Das traditionelle japanische Bogenschießen

*Eine Präsentation von und mit Peter und Reinhard Kollotzek,
Detmold/Düsseldorf*

***K
Y
U
D
O***

Anfangshypothese:

KYUDO

*ist Bogenschießen –
es sieht nur etwas
anders aus.*

K

Y

U

D

O

Was ist Kyudo?

Kyudo entstand vor etwa 100 Jahren aus dem Kyujutsu, dem kriegerischen Bogenschießen.



Inagaki – Kriegsschießen || durchschossener Helm

**K
Y
U
D
O**

Was ist Kyudo?

Kyudo, der Weg des Bogens, ist die Bezeichnung für das traditionelle japanische Bogenschießen, bei dem stetiges Üben mit Pfeil und Bogen den ausdauernden Schützen zu tiefer gehenden Erkenntnissen führen soll.

Kyudo gehört damit wie die bekannteren Sportarten *Aikido*, *Judo* und *Karate-do* zu den *Do*-Sportarten. Im philosophischen Sinne heißt es dazu:

„Der Weg ist das Ziel“.

**K
Y
U
D
O**

Die Übungsstätte – dojo



28 Meter entfernt steht die nur 36 Zentimeter große schwarz-weiße Scheibe mittig unter dem Pfeilfang mit der Inschrift „mei shin“ – leuchtendes Herz.

K

Y

U

D

O

Das Ziel – mato



28 Meter war früher die Entfernung, in der sich die Bogenschützen gegenüberknieten. Daher befinden sich die Zielscheiben auch knapp über dem Boden.

Ein schwarzer Mittelpunkt entspricht mit 12 cm dem Augenabstand des Gegners, Ringe in verschiedener Größe bestimmten Zielbereichen (Brustpanzer, Helm).

Damit erinnert das Umfeld des Übungsplatzes noch heute an den kriegerischen Gebrauch des Bogens.

60 m betrug die übliche Weitschussentfernung. Das Ziel war dann eine Scheibe mit 100 cm Durchmesser.

K

Y

U

D

O

Der Bogen – yumi

Der japanische Bogen (alte Lesung: *kyu*) ist wegen seiner asymmetrischen Bauweise einzigartig unter allen Bögen der Welt.

Bei einer Länge von 2,21 m bis 2,33 m – je nach Auszugslänge des Schützen – greift man ihn weit unterhalb der Mitte.

Heutzutage ist der Bogen aus mehrschichtigem Bambus oder auch aus Holz/Kunststoff/Carbon.

Wer aber einmal einen alten Bambusbogen in der Hand gehabt und ihn gespannt hat, wird das Gefühl dieses Naturmaterials nicht vergessen.

K

Y

U

D

O

Der Bogen – yumi

- Das vorhandene Material (Bambus) ist spröde und verlangt daher eine besondere **Länge**.
- Die Form des Bogens ist seinem Einsatz bei der **kriegerischen Nutzung** geschuldet.
- Der Bogen soll aus einer Deckung heraus, im Knien und im Stehen geschossen werden können.
- Der Bogen ist im Kampf als **Distanzwaffe** gedacht. Im Nahkampf wurde mit dem Schwert gekämpft.
- Der Bogen ist nicht gerade, er hat damit rechts ein **eingebautes Schussfenster**. Daher muss der Pfeil rechts angelegt und der Bogen im Abschuss gedreht werden!

K

Y

U

D

O

© K. Hattenkerl, 1999



*Im direkten Vergleich die
Autoren mit ihren Bögen:*

*- maschinell gefertigter
Recurve-Sportbogen aus
CNC-gefrästem
Aluminium mit Carbon-
Wurfarmen, Visier und
Stabilisierung*

*- handgearbeiteter
japanischer Langbogen,
über 40 Jahre alt, aus
mehrschichtigem Bambus*

K

Y

U

D

O

Die Pfeile – ya

Die heutigen Pfeile sind etwa einen Meter lang, besitzen eine stumpfe *Mato*-Spitze und sind meist aus Bambus oder – für Anfänger – aus Aluminium.

Zu einem Satz gehören in der Regel vier Pfeile, je zwei rechts- und linksdrehend, mit drei schmalen, etwa 15 Zentimeter langen Naturfedern.

Wer es sich leisten kann und die alte Tradition schätzt, schießt (unter Beachtung des Artenschutzes) Bambuspfeile mit Adlerfedern.

K

Y

U

D

O

Die Pfeile – ya

Je nach ihrer Funktion waren die Pfeile mit **verschiedenen Spitzen** versehen. Sie wurden in einem besonderen Hüftköcher mitgeführt.

Es gab u. a.:

- **Heulpfeile** als Signalpfeile
- **lanzenförmige Spitzen**, die **Rüstungen** durchschlugen
- **gegabelte Spitzen**, um **Taue** zu zerstören
- **Spitzen mit Widerhaken** (auch gegen Pferde)

K

Y

U

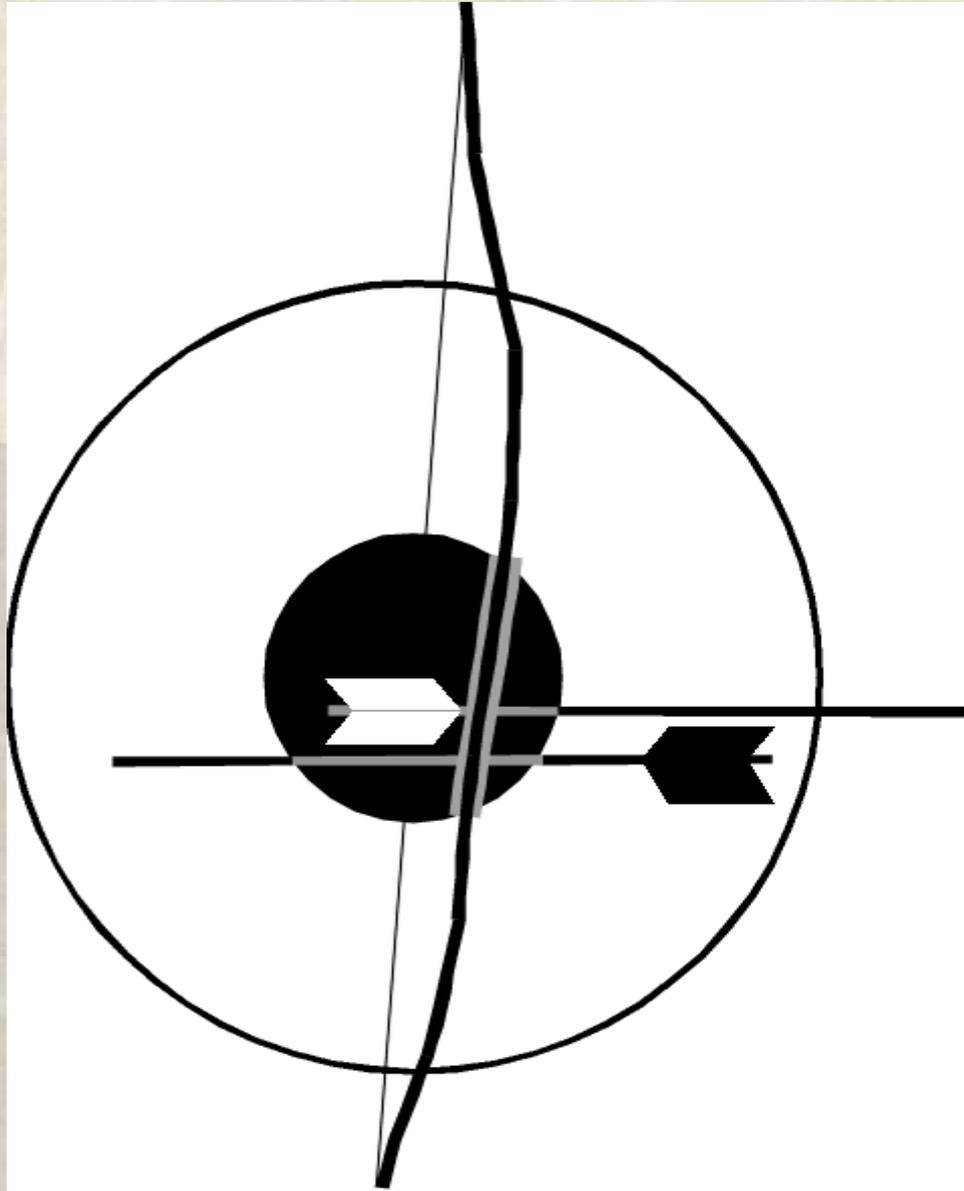
D

O



Pfeilspitzen mit den Wappen einiger Samuraifamilien

K
Y
U
D
O



*Das offizielle
Signet des
Deutschen Kyudo
Bundes zeigt
stilisiert den jap.
Langbogen (yumi)
mit zwei Pfeilen
(ya) vor der
Zielscheibe (mato)*

K

Y

U

D

O

Der Handschuh – kake

Während die Bogenhand keinerlei Hilfsmittel aufweist, wird die Zughand durch einen besonderen, maßgeschneiderten Schießhandschuh unterstützt, der in Japan angefertigt wird.



Dieser Handschuh aus Hirschleder, der – je nach Stilrichtung – drei bis fünf Finger bedeckt, hat innen am Daumen zur Aufnahme der Sehne eine flache Kerbe.

Zeige- und Mittelfinger halten ab der Vorbereitung des Schusses bis zum Lösen den Daumen, um die Bogenspannung von 10 bis 25 Kilogramm bewältigen zu können.

K

Y

U

D

O



© koyama/internet

Rituelle Kleidung eines Shinto-Priesters bei einer Zeremonie mit einem Flötenpfeil, der z. B. anlässlich einer Geburt über das Wohnhaus geschossen wird.

K
Y
U
D
O

Die Bekleidung – gi

Der *Kyudo*-Schütze trägt beim Training meist ein weißes Oberteil (*keikogi*) aus Baumwolle, das von dem breiten Gürtel (*obi*) gehalten wird, einen Hosenrock (*hakama*) mit besonderer Rückenstütze, Socken (*tabi*) und Sandalen (*zori*).

Bei besonderen Anlässen wird die Oberbekleidung durch einen festlichen *Kimono* ergänzt.

Eine komplette Ausrüstung mit Kleidung, Bogen und Pfeilen ist für Anfänger ab 800 € zu erhalten.

K

Y

U

D

O



*Haori („Jacket“) mit in Seide
handgewebtem Kyudo-Motiv auf
der Innenseite (ca. 1930)
(Sanjusangendo-Tempel)*

K
Y
U
D
O

Die Bewegungsfolge der Shomen-Richtung



**K
Y
U
D
O**

Dozukuri, Yugamae, Uchiokoshi, Hikiwake, Kai/Hanare, Zanshin

Die Bewegungsfolge – hassetsu

- *Ashibumi* fester Stand, richtige Fußstellung
 - *Dozukuri* korrekte Position des Körpers
 - *Yugamae* Vorbereiten des Bogens
 - *Uchiokoshi* Anheben des Bogens
 - *Hikiwake* Ziehen des Bogens
 - *Kai* Vervollständigen der Spannung
 - *Hanare* Lösen des Schusses
 - *Zanshin* Ausklang der Schussbewegung
 - [*Yudaoshi* Zurücknehmen des Bogens]
- (Zeitdauer für einen Schuss: etwa eine Minute)

K

Y

U

D

O

K

Y

U

D

O

Gleichgewicht herstellen

Dozukuri



K

Y

U

D

O

Greifen der rechten Hand

Torikake



K

Y

U

D

O

Greifen der linken Hand

Tenouchi (shamen-Stil)





Das Ziel ins Auge fassen

Monomi (shamen-Stil)

K

Y

U

D

O



Den Bogen langsam heben

„als wenn Rauch aufsteigt“

Uchiokoshi (shamen-Stil)

K

Y

U

D

O



*Zwei Drittel der Spannung
erreichen*

Sanbunnoni (shamen-Stil)

K

Y

U

D

O



Volle Spannung... Tsumeai

...Steigerung... Nobiai

zum Maximum... Yagoro

K

Y

U

D

O

K

Y

U

D

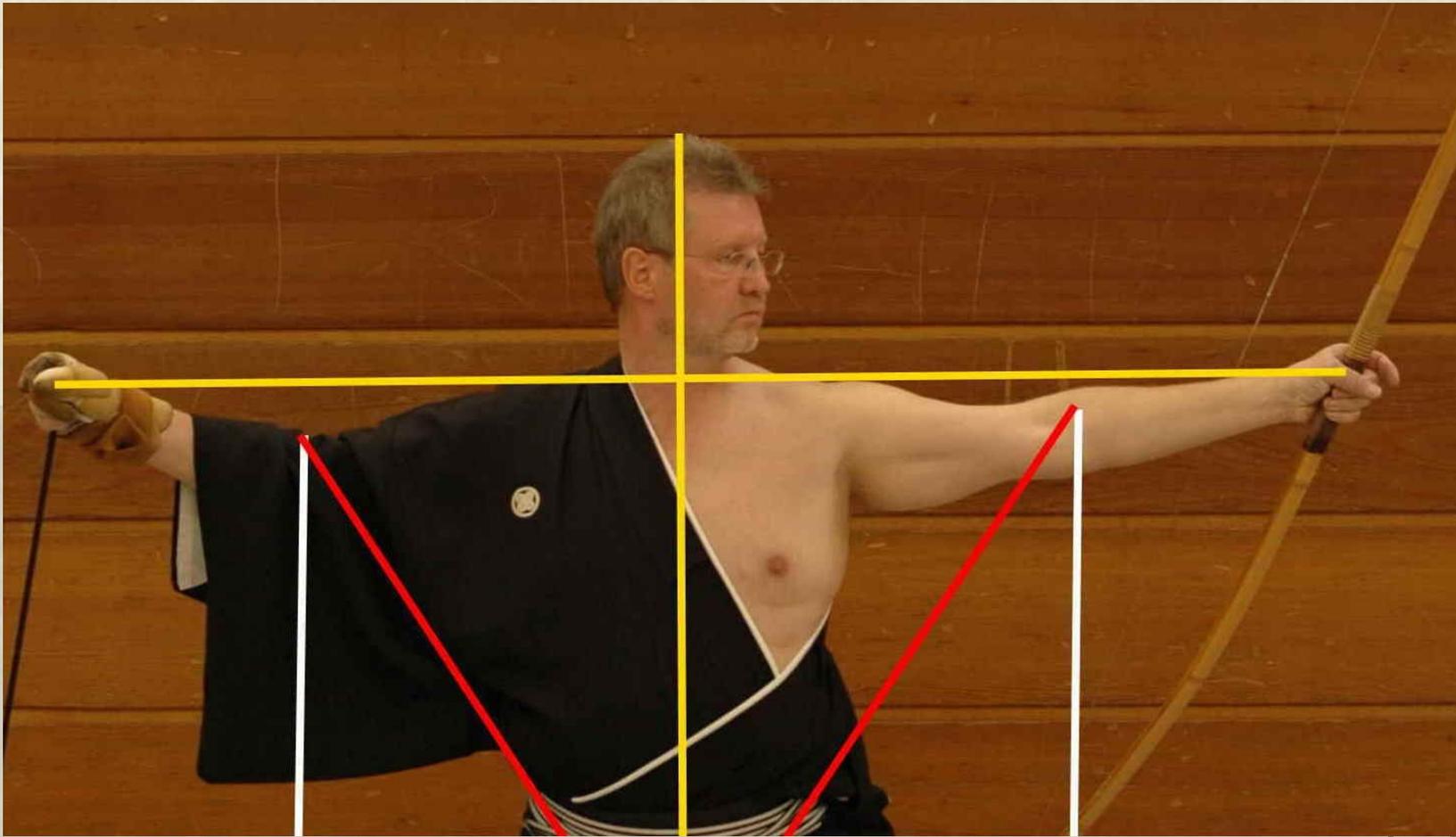
O



Schuss... Hanare

*Vom Anheben des Bogens bis
zum Abschuss sind hier etwa
18–20 Sekunden vergangen!*

*An der Haltung (zanshin)
nach dem Schuss erkennt
man einen guten Kyudoka!*



Die Haltung (zanshin) nach dem Schuss – Beide Hände auf gleicher Höhe → rechte und linke Hand haben korrekt gearbeitet. Ein „aus der Mitte“ heraus gelöster Schuss.

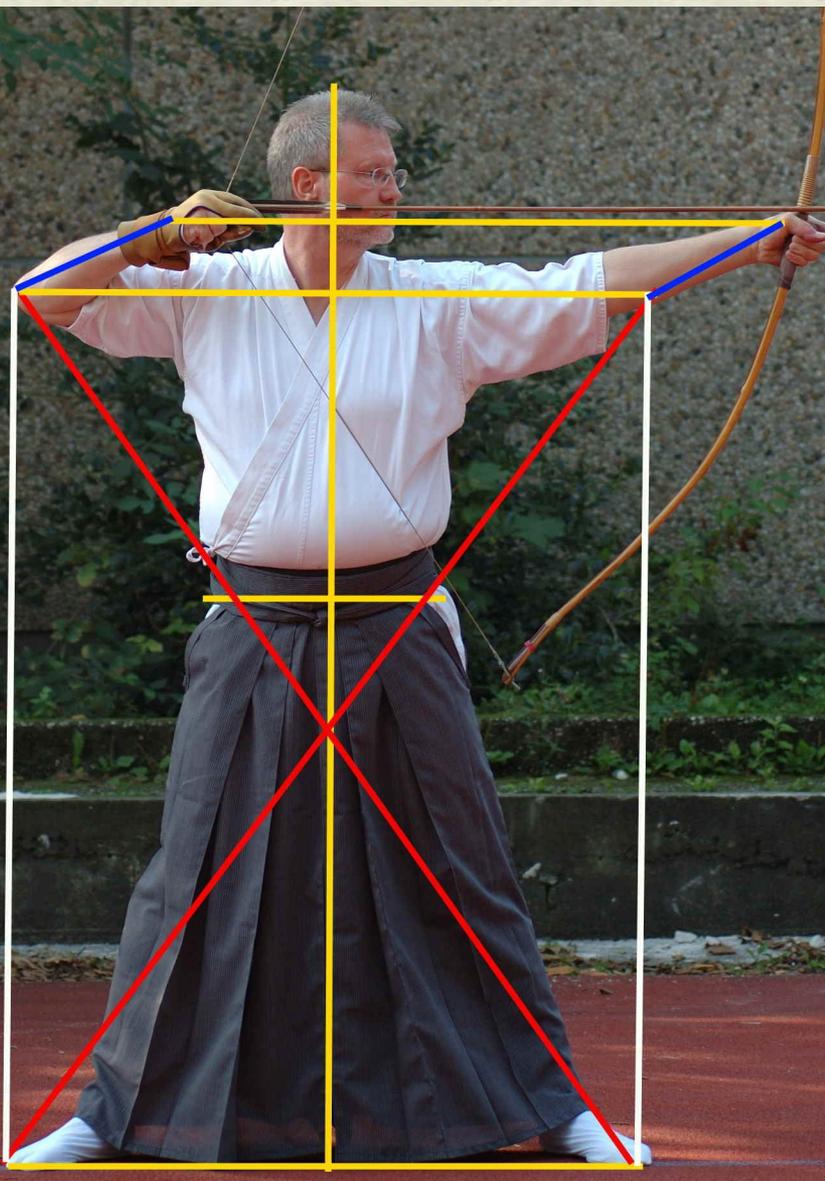
K

Y

U

D

O



Beobachtungshilfe:

Der Schütze verharrt einige Sekunden in dieser Position, ist daher gut zu beobachten.

Die hier im Beispiel eingezeichneten Linien lassen einen Vergleich mit anderen Schützen zu.

Individuelle Abweichungen sind möglich.

K

Y

U

D

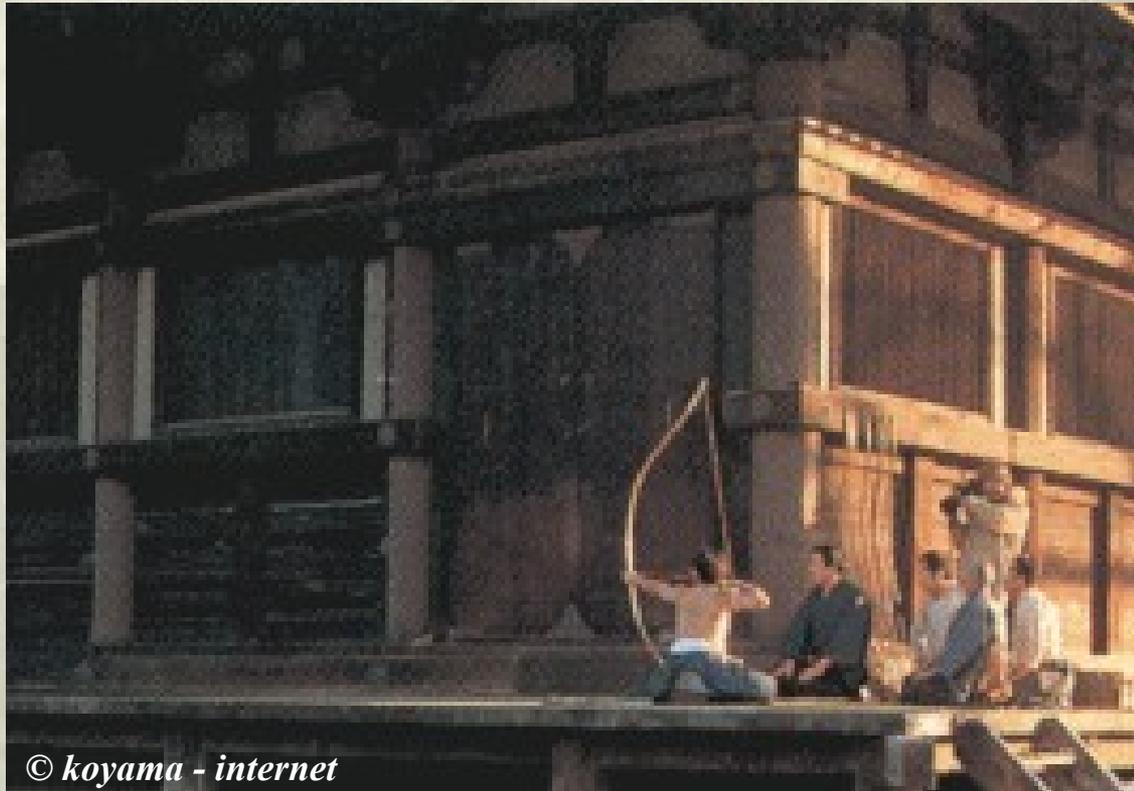
O



Ein Bogenschütze des Mittelalters war in der Lage, mindestens 10 Pfeile pro Minute abzuschießen!

K
Y
U
D
O

24 Stunden ohne Pause: Alle 7 Sekunden ein Pfeil!



© koyama - internet

Im 17. Jh. schoss Daihachiro Wasa 13.053 Pfeile und traf dabei 8.133 Mal das Ziel in 120 Meter Entfernung

K

Y

U

D

O

Kyu- und Dan-Graduierungen

Die technischen Fertigkeiten des *Kyudoka* werden bei Prüfungen festgestellt.

Dabei können Graduierungen in der Klasse der Schüler (5 *Kyu*-Grade) und Meister (8 *Dan*-Grade) erreicht werden.

Ab dem 9. *Dan* werden die Graduierungen verliehen.

In erster Linie ist bei den Prüfungen das Beherrschen der Technik zu demonstrieren.

Das zufällige, auch wiederholte Treffen der in 28 Meter Entfernung aufgestellten Scheibe (*mato*) mit nur 36 Zentimeter Durchmesser alleine reicht nicht!

Die Ausbildung bis zum 1. *Dan* dauert in Deutschland bei regelmäßigem Training etwa 5 Jahre.

Viele *Kyudoka* trainieren weltweit ohne Prüfungen des japanischen Dachverbandes.

K

Y

U

D

O



©Alster-Dojo

Kyudo-Dojo in Hamburg: Feliks Hoff, höchstgraduiertes deutscher Kyudoka, eröffnet eine Kyu-Prüfung mit einer festgelegten Zeremonie.

K
Y
U
D
O

Eugen Herrigel (1884–1955)

Sein Buch „*Zen in der Kunst des Bogenschießens*“ hat viel dazu beigetragen, *Kyudo* als einen Weg zur Selbsterkenntnis zu betrachten, ist aber auch für jeden zweiten Interessenten ausschlaggebend, *Kyudo* kennenlernen zu wollen.

Auch in Japan wird *Kyudo* oft als „*Zen* im Stehen“ bezeichnet. *Zen* selbst wird in der Form des *Zazen* (sitzende Selbstversenkung/Meditation) geübt und hat Japan mit dem Buddhismus im 13. Jh. erreicht.

Hideharu Onuma (1990) sagt, die beste Form des *Kyudo* sei es, wenn der Schütze „im Ziel existiere“.

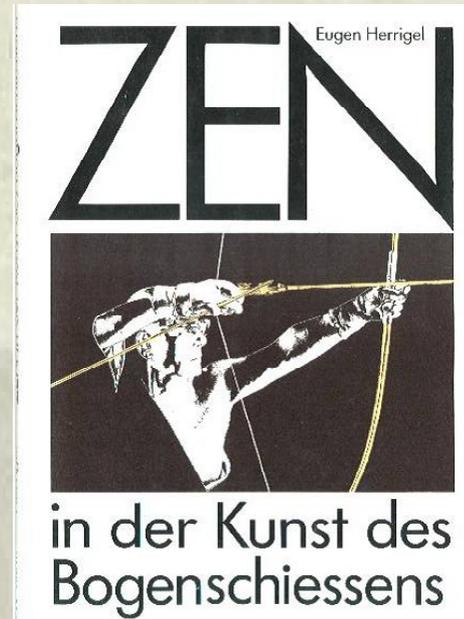
K

Y

U

D

O



*Eugen Herrigel,
Professor für Philosophie,
übte ab 1936 bei
Meister Kenzo Awa
zum Verständnis des Zen
mit dem Langbogen.*

**K
Y
U
D
O**

Genshiro Inagaki (1911–1995)

Der ehemalige Bundestrainer *Genshiro Inagaki*, 9. *Dan Hanshi*, war der letzte Nachfahre der *Heki Ryu Insai Ha* (*Heki*-Stil-Schule), die im 15. Jahrhundert gegründet wurde.

Als Professor an der *Waseda*-Universität in Tokio hat er seinen Stil wissenschaftlich erforscht und dessen Vorteile erkannt. *Inagaki* kannte keinen Unterschied zwischen dem geistigen und technischen Treffen. Er forderte – manchmal bewusst provozierend:

„Ein guter, korrekter Schuss muss treffen.“

„Das Treffen ist das höchste Gut in der Kunst des Bogenschießens.“

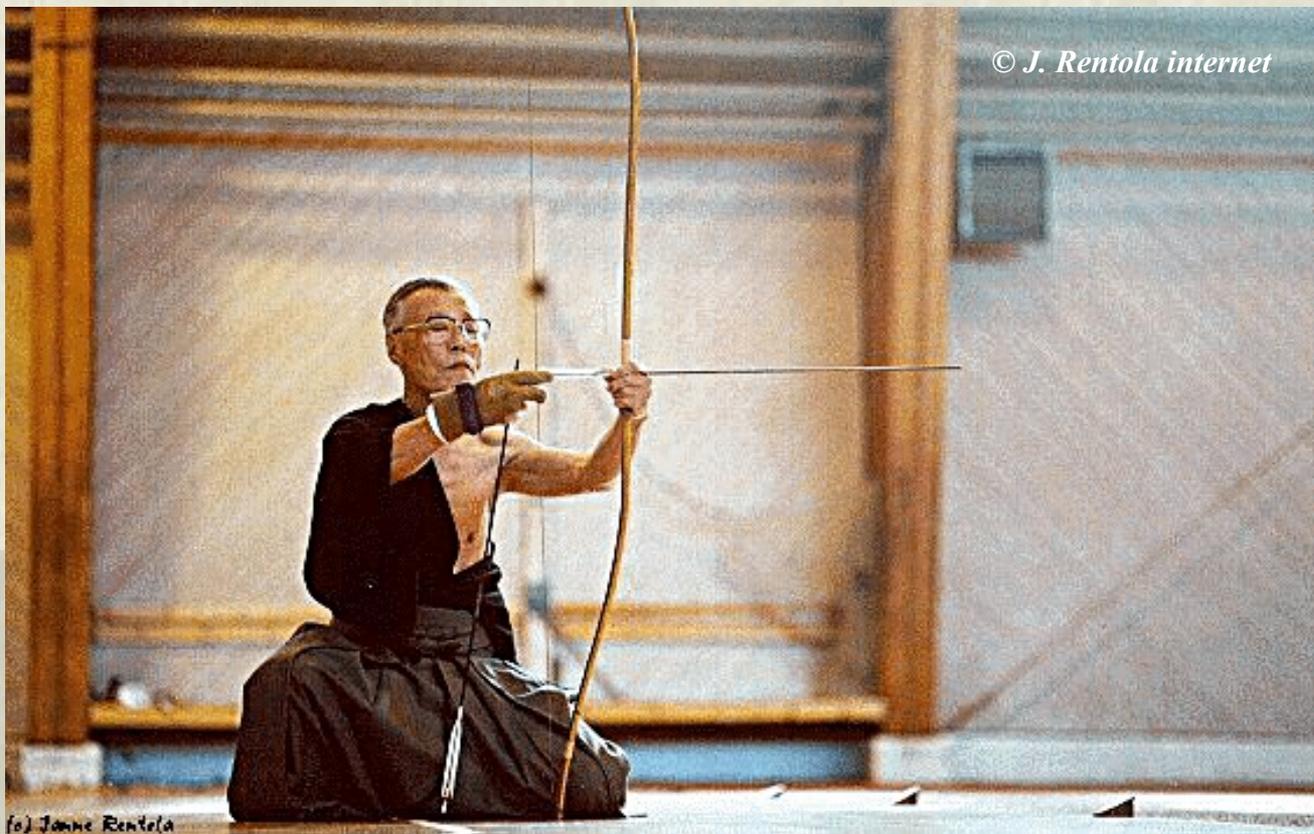
K

Y

U

D

O



„Der wahre Geist des Bogenschießens fühlt sich eins mit allen Dingen; er liebt, was seine Hand berührt und sein Auge sieht. Er selbst empfängt Liebe von allen Dingen im Himmel und auf Erden, die rein und selbstlos sind.“

Prof. Genshiro Inagaki (1911–1995)

**K
Y
U
D
O**

„Ein guter, korrekter Schuss muss treffen“

Die deutsche Prüfungsordnung sieht für den ersten Meistergrad (**Dan**) vor, dass die beiden mit vorgeschriebener Technik geschossen Pfeile lediglich in Richtung Ziel fliegen müssen.

Erst bei den Prüfungen zum dritten Dan muss ein Pfeil die Scheibe treffen. Diese Prüfung wird man frühestens nach fünf Jahren regelmäßigen Übens ablegen.

Sollte bei Meisterschaften ein Schütze vier Mal nacheinander das Ziel getroffen haben, ist es üblich, entgegen der üblichen Stille Beifall zu klatschen.

Doch das geschieht selten genug!

K

Y

U

D

O

Wir fassen zusammen...

***KYUDO** war früher...*

- Kriegstechnik*
- religiöse Praxis*
- höfische Demonstration*

***KYUDO** ist heute...*

- sportlicher Wettkampf*
- Traditionsbewahrung*
- Geistesschulung*
- aber auch meditatives Tun!*

**K
Y
U
D
O**





„Die Scheibe ist der Spiegel der Seele“

© internet

K
Y
U
D
O

Resumee:

KYUDO

*sieht nur aus wie
Bogenschießen –
ist aber etwas
völlig anderes.*

K

Y

U

D

O

Empfehlenswerte Literatur

Hoff, Feliks: Kyudo. Die Kunst des japanischen Bogenschießens, Verlag Weinmann, Berlin

Obereisenbuchner, Matthias: Kyudo. Der Weg des Bogens, Econ Taschenbuch-Verlag, Düsseldorf

Stein, Hans Joachim: Die Kunst des Bogenschießens. Kyudo, O.W.Barth/Scherz, München

Herrigel, Eugen: Zen in der Kunst des Bogenschießens, O.W.Barth/Scherz, München

Onuma, Hideharu: Kyudo. The Essence and Practice of Japanese Archery, Kodansha International, Tokyo

Kollotzek, Peter: Überlegungen zum Kyudo. Fachwissen für Trainer, Übungsleiter und Schützen, Eigenverlag
- kostenfreie PDF beim Verfasser erhältlich

K

Y

U

D

O

Informationen zu Kyudo

www.kyudo.de

www.kyudo.com

Etwa 1200 Kyudoka gibt es bundesweit, z. B. in Kassel, Hannover, Düsseldorf, Köln, Hamburg, Berlin, München... und...

Detmold...

Kyudo-Abteilung im Polizei-SV Lippe-Detmold e.V.

Peter Kollotzek, Am Klüter Bach 11, 32758 Detmold

Tel. 05231 64208

Der Verein ist bei der Beschaffung der Ausrüstung behilflich.

**K
Y
U
D
O**



Anfänger- Einführungskurse

Termin: *Teil I samstags, 11–15 Uhr und
Teil II sonntags, 11–15 Uhr (mit Teepausen)
Termine nach Vereinbarung, mind. 4 Personen*

Gebühr: *ab 80 € p. P. (ges. Wochenende)*

Ort: *Stadtgymnasium Detmold,
Vereinstraining: sonntags 10–13 Uhr*

Anmeldung/Informationen:

Tel. 05231 64208 Peter Kollotzek

K

Y

U

D

O