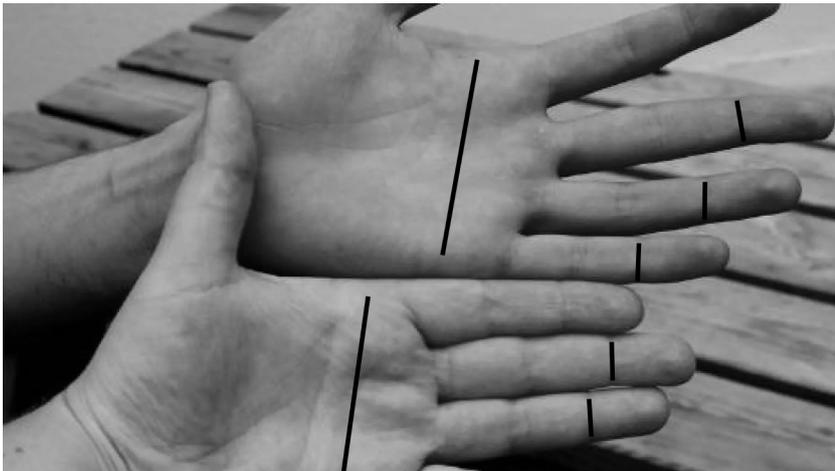


Handlinien und Tenouchi

Jeder merkt sich kyudospezifische Dinge etwas anders...

Daher heute einmal die Beschreibung des Tenouchi mit Hinzuziehen einiger Handlinien.



Im Bild sind eingezeichnete Linien zu erkennen:

- die Tenmonkin-Linie in der Handfläche
- Linien am Fingerendgelenk des 3. 4. (und oben auch 5.) Fingers

Kaum eine Hand gleicht der anderen. Die unterschiedliche Handgrößen und Fingerlängen sind augenscheinlich und individuell.

Das ist beim Tenouchi zu berücksichtigen.

Wird der Bogen gegriffen, soll die Tenmonkin-Linie an der vorderen (vom Schützen aus) linken Bogenkante angelegt werden.

Kleiner Finger, Ringfinger und Mittelfinger werden (in dieser Reihenfolge) so weit an der rechten vorderen Kante entlang geschoben, bis die gezeichneten Linien (die Innenseite des Fingerendgelenks) genau an der vorderen rechten Kante des Bogengriffs anliegt.

Wenn darauf geachtet wird, dass der Abstand vom korrekt angesetzten Daumengrundgelenks an der rechten inneren Bogenkante zum anzusetzenden kleinen Finger möglichst gering ist, muss schon der kleine Finger leicht schräg nach oben zeigend angesetzt werden. So erscheinen dann alle Endgelenke der drei Finger mit nahezu nebeneinanderliegenden Fingernägeln.

HEKI: Die vordere Bogenkanten werden also links an der Tenmonkin-Linie und rechts mit dem Fingerendgelenk des 5., 4. und 3. Fingers der linken Hand, die den Bogen in die Tenmonkin-Linie drücken, fixiert. Das ist in dieser Form bei einem korrekt trapezförmig gestalteten Bogengriff gut zu verstehen: Links und rechts vorne liegt der Bogen dann wie eingespannt im korrekt geformten Tenouchi. Das führt (nach Untersuchungen in Tsukuba) zu einer Vergrößerung der auf den Pfeil wirkenden Kraft. Und auch nur so ist der Bogen im Abschuss durch kräftiges Schließen der Hand und Weiterdrehen (bei Heki) kontrolliert zu bewegen.

Jedes zu frühe Öffnen der Hand führt dazu, dass die Hand nur noch passiv auf die sich entfaltenden Kräfte des sich streckenden Bogens reagieren kann: Sie geht auf, verliert die drei festen Positionen: Daumengrundgelenk, Tenmonkin-Linie und Druck der Finger. Ein Teil der Abschusskraft geht verloren.

Sobald der Bogen sich (infolge der Wirkung der Tsunami) zu drehen beginnt (Ergebnis einer korrekten Kraftarbeit im Hanare), will er sich trägheitsbedingt in der Hand auch weiterdrehen. Die Trapezform begünstigt dies, weil sich bei der Drehung die noch zu Beginn etwas breitere vordere Linie entgegen dem Uhrzeigersinn nach links dreht. Der ursprüngliche Griff ist damit 1–2 Millimeter zu breit: Der Bogen hat „Platz“, sich weiter zu drehen. Das reflexmäßige Zugreifen der linken Hand benötigt etwas Zeit. Bis dahin hat sich der Bogen um 45–90 Grad gedreht. Das hekitypische Abknicken der linken Hand zeigt die vorher schon aufgebrauchten Kräfte (Drehung) und unterstützt das Yugaeri.

Warum sieht man so viele Schützen mit einer sich öffnenden Hand beim Yugaeri?

Die Ursachen sind vielseitig und reichen von „Bequemlichkeit mit ästhetischem Hintergrund“ bis zu „fehlender Kraft“. Im ersten Fall würde ich als Trainer auf jeden Fall eingreifen.

Am Rande:

- Ein technisch bedingtes und nicht gewollt herbeigeführtes Yugaeri wird ab dem 4. Dan verlangt!
- Die aktive Arbeit der linken Hand hat es Herrn Inagaki ermöglicht, im hohen Alter von über 80 Jahren noch waagrecht abzuschießen – mit einem 8-kg-Yumi!

© Peter Kollotzek, 2/2024