

Drücken – drehen – kippen (Krafteinsatz der linken Hand)

Wer einen modernen Recurvebogen mit Stabilisierung und Visier schießt, drückt mit seiner linken Hand den Bogen im persönlich angepassten Griffstück genau nach vorne – in Richtung des Ziels. Nach dem Lösen der Zughand „übernimmt“ die moderne Technik zusammen mit der Physik die Aufgabe, den Pfeil in Richtung Ziel zu beschleunigen. Der Schütze kann die Bogenhand entspannen, der Zuschauer sieht, dass der Bogen leicht nach vorne kippt.

Warum aber macht sich der Kyudoka die Sache so schwer?

Das liegt in erster Linie an der über viele Jahre in dieser Art bewährten Bauart des Bogens, der – in der Art des modernen Recurvebogens geschossen – den Pfeil deutlich rechts am Ziel vorbeifliegen ließe. Kyudonfänger kennen das.

Die asymmetrische Bauart des Kyudobogens, der oben fast doppelt so lang ist wie unten und – das sieht man nicht sofort – auch noch in sich seitlich leicht verdreht und nach rechts gebogen ist, verlangt einen völlig anderen Griff und besonders aktiven Abschuss. Das ist seiner ehemaligen Bestimmung als Kriegs- oder Jagdbogen geschuldet, der einen Pfeil mit besonders hoher Energie auf das Ziel abschießen sollte.

Daher muss die Bogenhand beim Abschuss drücken, drehen und kippen...

Drücken:

Der Krafteinsatz geht in möglichst gerader Linie von der Schulter über den Ellenbogen bis ins Handgelenk und dann in Richtung Daumengrundgelenk. Das Daumengrundgelenk liegt an der rechten Seite des Bogens an und drückt also seitlich am Bogen nach vorne. Dieser seitliche, exzentrische Krafteinsatz bewirkt eine Drehung/Rotation um die (gedachte) Hochachse des Bogens.

Drehen:

Zusätzlich zum Druck der Daumenwurzel auf die rechte Bogenkante kommt (ab der Position des Sanbunnoni, etwa auf Höhe der rechten Augenbraue des Schützen) eine aktive Drehbewegung des Handgelenks, indem der auf Höhe des kleinen Fingers in der Hautfalte liegende Tenmonkin-Punkt fest an der linken, vorderen Kante des Bogengriffs fixiert bleibt und damit einen (diagonalen) Hebel (Tenmonkin-Punkt – Daumengrundgelenk) bildet, der zu einer stärkeren Drehung des Bogens führt. Diese stärkere Drehung hat eine Erhöhung der Abschussgeschwindigkeit zur Folge und wird bei Heki erwartet. Gleichzeitig erfüllt dieser „schräge Hebel“ die Forderung der Heki-Schule, dass man sich vorstellt, mit seinem Griff einen Punkt etwa 20 cm über dem Griff in Richtung Ziel zu drücken. Der obere Wurfarm soll dadurch beschleunigt, der untere gebremst werden: Die unterschiedliche Länge des oberen und unteren Wurfarmes wird nahezu ausgeglichen, der Pfeil erhält die optimale Kraft.

Kippen:

Der Heki-Schütze kippt seinen Bogen leicht nach rechts, so dass die Bogenspitze nach rechts oben zeigt. Damit wird – auch wieder ein Relikt des kriegerischen Bogenschießens – ein Ausweichen (Hüpfen) des Pfeils nach oben verhindert, sollte er im Kampf überhastet abgeschossen werden.

Die Besonderheit des japanischen Langbogens und die ursprünglich kriegerische Nutzung des Bogens macht eine besondere Art des Abschießens erforderlich, um das Durchschlagen des Ziels zu ermöglichen.

Im heute meist zu sehenden Kyudo der Schützen, die den Bogen eher zeremoniell heben und schießen, geht es nicht um die kriegerischen Ziele, sondern um eher ästhetische Handhabung von Pfeil und Bogen – auch oft mit religiösem Hintergrund (Shintoismus).