

# 飛翔鳥群

## Hi Shou Chou Gun Universitäts-Kyudojo Salzburg

### Kyu-Prüfungsfragen

Wichtigste Quelle: All Nippon Kyudo Federation / ANKF (Ed.), *Kyudo Manual Vol. I. Principles of Shooting (shaho)*, rev. edition, transl. by Liam O'Brien, Tokyo 1994.

#### 5. KYU

Sanju-jumonji („Die drei Kreuze“):

Darunter versteht man die rechtwinkelige Ausrichtung der gestreckten Wirbelsäule in bezug auf die Schulterlinie, die Hüfte und die Verbindungslinie der Füße. Die korrekt realisierten ‚drei Kreuze‘ sind z. B. wesentlich für ein wirksames *Dozukuri*, müssen aber in den anderen *Hassetsu* ebenfalls eingehalten werden (zu den *Hassetsu* vgl. Prüfungsfragen zum 4. Kyu).

Kenntnis der internationalen und nationalen Organisationsformen des modernen Kyudo:

Üblicherweise gliedert sich die Gesamtstruktur zuerst durch einzelne Kyudo-Vereine in verschiedenen Regionen eines Landes, die Mitglied in einem nationalen Verband sind. Diese nationalen Verbände richten z. B. Meisterschaften oder Lehrgänge aus. Sie sind zudem Ansprechpartner für europäische und internationale Kooperationen (z. B. Durchführung der *Europäischen Kyudo-Meisterschaft Wien 2011*). Ihre PräsidentInnen bestätigen mit ihrer Unterschrift die Anmeldungen zu Dan-Prüfungen in Europa und Japan. Die nationalen europäischen Verbände haben sich ihrerseits in der *European Kyudo Federation* (EKF) organisiert, die Europameisterschaften und Dan-Prüfungen (mit und ohne vorherigem Lehrgang) in Europa durchführt. Der jap. Verband (All Nippon Kyudo Federation / ANKF), die EKF und der amerikanische Verband (AKR = American Kyudo Renmei) gründeten 2009 in Tokyo die *International Kyudo Federation* (IKYF).

*ACHTUNG: Die Situation in Salzburg weicht von der geschilderten Struktur ab. Da das Kyudo-training an der Universität Mozarteum als Lehrveranstaltung und nicht als Verein organisiert ist, können nur die Kyudojin, die einen Wohnsitz in Österreich haben, eine **außerordentliche** Mitgliedschaft im Österreichischen Kyudo-Verband beantragen. Da eine Anmeldung zu Dan-Prüfungen nur über den nationalen Verband möglich ist, empfiehlt sich bei solchen Projekten eine Mitgliedschaft. Sind Kyudojin in den österreichischen Verband aufgenommen, so sind sie automatisch Mitglied in der EKF und IKYF.*

#### 4. KYU

Die 8 Hassetsu:

- 1) *Ashibumi* (Das Setzen der Füße an der Abschußlinie, *Shai*): Das erste Zielen; Fußabstand = *Yazuka*; die Verbindungslinie der Zehen zeigt ins Zentrum des Mato (*Yamichi*); Fußwinkel ca. 60°; abhängig vom Schieß-Stil (*Reishakei* und *Bushakei*) entweder Ein-Schritt- oder Zwei-Schritt-Ashibumi.
- 2) *Dozukuri* (Festigung des Körpers): Die Wirbelsäule und der Nacken sind gestreckt; der Körperschwerpunkt liegt in den Hüften; die untere Bogenspitze (*Motohazu*) sitzt auf der linken Knie Scheibe auf; die rechte Hand ist an der rechten Hüfte.

- 3) *Yugamae* (Vorbereitung): *Shomen*- oder *Shamen*-Position; Griff der rechten Hand an die Sehne (*Torikake*); Griff der linken Hand (*Tenouchi*); Blick zum Mato (*Monomi o sadameru*).
- 4) *Uchiokoshi* (Das Heben des Bogens): *Shomen*- oder *shamen*-Form; die Höhe der beiden Hände (ca. 2 Fäuste über der Stirne) ergibt sich aus einem 45°-Winkel der beiden Arme im Verhältnis zur Körpervertikale; das Heben des Bogens erfolgt in der Form einer Kreisbogenbewegung der Hände.
- 5) *Hikiwake* (Das Aufziehen des Bogens): Aus der korrekten *Daisan*-Position (= der Bogen ist auf der halben Pfeillänge geöffnet; die rechte Hand befindet sich ca. eine Faust breit über der Stirn; der Pfeil ist entweder parallel zum Boden, oder mit der Pfeilspitze leicht nach unten zeigend) wird der Bogen so aufgezogen, daß sich der Pfeil parallel zum Boden abwärts bewegt; da die meisten Menschen Rechtshänder sind, ziehen viele (mental) mit der rechten Hand auf: Dadurch zeigt in *Hikiwake* der Pfeil meist nach oben; dem versuchte schon der Bogenmeister Junsei Yoshimi (er lebte in der erste Hälfte des 17. Jahrhunderts) mit einem Bild entgegenzusteuern: Er beschrieb das Kräfteverhältnis der Yunde (linke Seite) und der Mete (rechte Seite) mit 2/3 : 1/3; diese Ausführung erzeugt ein ausbalanciertes Aufziehen. [ACHTUNG: Die Schule *Heki to ryu* (Shamen) stoppt im Öffnen des Bogens den Pfeil noch einmal an der Position der Augenbraue (*Sanbun-no-ni*).]
- 6) *Kai* (Der volle Auszug): *Yazuka* und ‚die 5 Kreuze‘ (*Goju-jumonji*) müssen erreicht werden; gleichzeitig realisieren sich *Hoozuke* (Pfeil berührt die Wange; in der *Shomen*-Schule außerdem: *Kuchiwari* – der Pfeil ist idealerweise auf Lippenhöhe), *Munazuru* (die Sehne berührt die Brust) und *Nerai* (Zielen); danach erfolgt *Tsumeai* (das Verkeilen der Gelenke: linke Hand, linker Ellbogen, linke Schulter, rechte Schulter und rechter Ellbogen = Realisierung der Schulterlinie) und *Nobiai* (physische und mentale Streckung bis *Yagoro* = größtmögliche Spannung).
- 7) *Hanare* (Das Lösen des Schusses auf der rechts verlängerten Pfeillinie).
- 8) *Zanshin* (Die Schlußform): Mental faßt *Zanshin* die geistige Energie des Schusses zusammen; physisch wird die richtige Form der vorangegangenen *Hassetsu* resümiert; *Zanshin* kann schulenbedingt hinsichtlich der Streckung des rechten Armes unterschiedlich sein (*Shamen* / *Shomen*). Die Schlußstellung des Bogens ist ebenso bedeutend: *Nakaoshi* (der Bogen steht in *Zanshin* senkrecht; das ist die bevorzugte Bogenstellung in der *Shomen*-Schule), *Uwaoshi* (die obere Bogenspitze, *Urahazu*, zeigt zum Mato), *Shitaoshi* (die untere Bogenspitze, *Motohazu*, zeigt zum Mato; diese Bogenstellung ist grundsätzlich falsch).

#### Goju-jumonji („Die fünf Kreuze“):

Folgende Komponenten bilden im Verhältnis zu einander einen rechten Winkel:

- 1) Bogen und Pfeil,
- 2) Bogen und linke Hand (*Tenouchi*),
- 3) rechter Daumen und Sehne (ACHTUNG: Bedingt durch die schräge Sehnenkerbe in der *Shomen*-Schule ist dieses Kreuz eher ideell zu sehen!),
- 4) vertikale Brustlinie (Wirbelsäule) und horizontale Schulterlinie,
- 5) Nacken (vertikale Halswirbelsäule) und Pfeil.

### 3. KYU

#### Unterschiede zwischen *Shamen*- und *Shomen*-Schulen:

In einzelnen *Ryu* wird der Bogen auf verschiedene Weise gehoben (*Sho* = Mitte, *Shomen* = Heben des Bogens in der Körpermitte; *Sha* = Seite, *Shamen* = Heben des Bogens auf der linken Seite), wodurch sich die gesamte Schußtechnik ändert. In folgenden *Hassetsu* differieren *Sho*- und *Shamen*-*Ryu*: *Yugamae*, *Uchiokoshi*, *Hikiwake* und *Zanshin*.

## Inhalt der Budo-Charta:

Im Zuge der Neuorientierung des Budo (jap. Kriegs- Künste: Kendo, Iaido, Kyudo, Karatedo, Shorinji-Kempo, Judo, Aikido, Sumo, Naginata und Jukendo) im 20. Jahrhundert einigten sich die Großmeister dieser Disziplinen 1987 auf die Budo-Charta. Mit diesem Schritt sind auch alle Kyudojin auf die folgenden 6 Punkte verpflichtet:

- 1) *Zweck*: Budo soll den Charakter kultivieren. Angestrebt wird die Verbindung von physischen und mentalen Fähigkeiten. Diese erweitert den Blick bei der Beurteilung einzelner Sachfragen und anstehende Entscheidungen sollen von diesen Fähigkeiten geleitet werden.
- 2) *Keiko*: In der *täglichen Übung* ist immer den Regeln des Anstands zu folgen. Dieser Grundlage ist in jedem Fall treu zu bleiben und deshalb muß man der Versuchung widerstehen, ein rein technisch orientiertes Training zu betreiben.
- 3) *Shiai*: Im *Wettkampf* verwirklicht sich der Geist des Budo. Strengen Sie sich auf das äußerste an! Siegen Sie mit Bescheidenheit, akzeptieren Sie Niederlagen mit Gleichmut und zeigen Sie stets eine, den Gegebenheiten angemessene Haltung.
- 4) *Dojo*: Der Ort, an dem die Übung stattfindet, ist ein besonderer. Hier müssen Disziplin, richtiges Verhalten und Förmlichkeit herrschen. Der Übungsort muß ruhig, reinlich und sicher sein. Die Atmosphäre muß so gestaltet sein, daß ein ernsthaftes Üben möglich ist. (Ergänzung C. O.: Ein bestimmter – sonst vielleicht unbedeutender - Ort (z. B. eine Turnhalle) wird nämlich erst dann besonders, wenn wir ihn als besonderen behandeln.)
- 5) *Unterricht*: Ein guter Lehrer kultiviert den Charakter und die Fähigkeiten seiner Schüler. Er unterstützt sie im Projekt, ihren Geist und Körper zu beherrschen. Überlegenes Können dürfen ihn nicht arrogant machen, sondern er soll immer ein Vorbild für seine Schüler sein. (Lehrer/Schüler = geschlechtsneutrale Begriffe)
- 6) Bei der nationalen und internationalen *Verbreitung* des Budo ist auf folgendes zu achten:
  - a) Folge den Traditionen und dem Wesen der Schule,
  - b) erforsche und erhalte diese Künste und
  - c) entwickle Verständnis für internationale (= nicht-japanische) Sichtweisen.

## 2. KYU

### Ethische Aspekte des japanischen Bogenschießens (*Michi to Rei*):

Da der kriegerische Aspekt im modernen Kyudo ganz verschwunden ist, wird heute vermehrt Wert auf die charakterliche Entwicklung der Kyudojin gelegt. Technische Fertigkeiten und die Qualität der allgemeinen Bewegungen (*Taihai*) sollen sich an einem Übungsort (*Dojo*), an dem überdies eine strenge Etikette einzuhalten ist, realisieren und die beiden Komponenten wachsen in der regelmäßigen Übung an einander. Vertieft wird diese Verbindung im zeremoniellen Schießen (*Sharei*). Dieses Gesamtkonzept zeigt das wichtigste Ziel des modernen Kyudo insofern, indem in der Übung folgende drei Punkte sichtbar werden sollten:

- 1) *Shin*: ‚Wahrheit‘ – fraglos ein objektiv ziemlich schwer zu bestimmender Begriff – stellt sich nach der Ansicht des *Kyudo Manuals* (S. 20) im schnell fliegenden und das Mato treffenden Pfeil dar: Die Vitalität der Bogenhandhabung (*Yumi no Sae*), der Klang der Sehne im Abschluß (*Tsurune*) und der Klang des Treffers (*Tekichu*) sind ein Ausdruck dieser ‚Wahrheit‘.
- 2) *Zen*: Im Kyudo wird ‚Gutheit‘ durchaus als ein moralischer Wert verstanden: Die einzelnen Kyudojin sollen sich gerade durch das Bogenschießen charakterlich entwickeln. Entstehen soll so ein „true gentleman“ (= *Kunshi*; *Kyudo Manual*, S. 20), der auf der Basis der Einhaltung einer Etikette (*Rei*) ist der Lage ist, sich in seinem gesamten Umfeld konfliktlos zu bewegen. (Ergänzung C. O.: Obwohl im *Kyudo Manual* an dieser Stelle nur von Männern die Rede ist, sind Frauen natürlich ebenso gemeint.)

- 3) *Bi*: ‚Schönheit‘. Versteht man die Beschaffenheit und die Bauform des japanischen Bogens (*Yumi*) als Ausdruck einer gewissen Spiritualität, so verdichtet sich dieser Aspekt durch das formelle und zeremonielle Schießen (*Sharei*). In ihm soll sich ‚Schönheit‘ hauptsächlich durch die deutlich angestrebte Harmonie der Bewegungen (*Shintaishusen*) zeigen.

## 1. KYU

### Grundlagen des japanischen Bogenschießens

#### 1) Die drei Wesen in einem Körper (*Sanmi-ittai*):

Damit ist gemeint, daß Körper, Geist und Bogen in der Übung zur Einheit kommen sollen. Diese Einheit wird durch das Zusammenwirken von drei Momenten erzeugt:

- a) Stabilität des Körpers,
- b) Stabilität des Geistes und des Willens sowie
- c) Stabilität in der Handhabung des Bogens.

#### 2) Die grundlegende Form (*Kihontai*):

Ein Schießen, das sich lediglich auf den vollen Auszug (*Kai*) und den Abschluß (*Hanare*) reduziert („*Kai kara Hanare*“; *Kyudo Manual*, S.27), geht am Wesen des japanischen Bogenschießens vorbei. Vielmehr ist die Qualität der Grundhaltung und die der allgemeinen Bewegungen vor und nach dem Abschluß (*Hanare*) besonders zu pflegen. Haltung und Bewegung gliedern sich in folgende Punkte:

#### a) Vier grundlegende Haltungen (in Ruhe und ohne Bewegung, *Kihonshisei*):

- 1) Stehen,
- 2) Sitzen auf einem Sessel,
- 3) *Seiza* sowie
- 4) *Kiza* und *Sonkyo*.

#### b) Acht Bewegungsformen (*Kihondosa*):

- 1) Gehen,
- 2) Niederknien,
- 3) Aufstehen,
- 4) Drehen im Stehen,
- 5) Drehen im Gehen,
- 6) Drehen im Knien (*Hirakiashi*),
- 7) Verbeugen im Sitzen (*Rei* und *Yu*) sowie
- 8) Verbeugen im Stehen (*Rei* und *Yu*).

#### c) Acht Grundlagen des *Kihontai*:

- 1) Angestrebt wird die Darstellung des ‚belebten Körpers‘ (*Seikitai* / *Jittai* – der ‚wahre Körper‘; der unbelebte und unwahre wird *Shikitai* bzw. *Kyotai* genannt).
- 2) *Dozukuri* muß immer gehalten werden.
- 3) Kontrollierte Blickführung (*Mezukai*).
- 4) Korrekte Atmung (*Ikiai*).
- 5) Alle Bewegungen gehen von der Hüfte (*Koshi*) aus.
- 6) Jede Bewegung hat ein eigenes *Zanshin*.
- 7) Alle Bewegungen folgen einem bestimmten Timing (*Ma*, *Maai*).
- 8) *Shin* / *Gyo* / *So*. Abhängig von der Graduierung unterscheidet man drei Qualitäten in der Darstellung des *Kihontai*: Anfänger sollen sich bemühen, die Form möglichst richtig auszuführen

(„Form with Truth (*Shin*)“; *Kyudo Manual*, S. 29). Fortgeschrittene sollen bereits eine belebte Form (*Gyo*; „Form in Action“, ebd.) zeigen. Den Bogenmeistern sind diese Bewegungsformen zur zweiten Natur geworden; sie haben sie völlig verinnerlicht und sie sind ihnen selbstverständlich: „Form as Nature (*So*) should be in harmony with all things.“ (Ebd.)

### 3) Die fünf Grundlagen des Schießens (*Shaho-shagi no Kihon*):

- 1) Die Zugstärke des Bogens, die dem Entwicklungsstand der einzelnen Kyudojin angepaßt werden muß.
- 2) Korrekte Ausführung der ‚3 Kreuze‘ und der ‚5 Kreuze.‘
- 3) Richtige Atmung (*Ikia*).
- 4) Kontrollierte Blickführung (*Mezuka*).
- 5) Einsatz von geistiger Konzentration (*Kokoro*) und spiritueller Kraft (*Ki*). Das *Kyudo Manual* führt dazu aus: „One of the Characteristics of Kyudo ist that it *demands strict self control and stability of emotions.*“ (S. 59)