

Feature / Hörspiel / Hintergrund Kultur

Freistil

Bogen. Sehne. Pfeil.

Vom Anspannen und Loslassen

Von Michael Reitz

Produktion: Dlf 2018

Redaktion: Klaus Pilger

Erstsendung: Sonntag, 01.04.2018, 20:05-21:00 Uhr

Regie: Uta Reitz

Sprecher:

Erzählerin: Sigrid Burkholder

Erzähler: Daniel Wiemer

Zitator: Thomas Lang

Urheberrechtlicher Hinweis

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf vom Empfänger ausschließlich zu rein privaten Zwecken genutzt werden.

Die Vervielfältigung, Verbreitung oder sonstige Nutzung, die über den in §§ 44a bis 63a Urheberrechtsgesetz geregelten Umfang hinausgeht, ist unzulässig.

©  **Deutschlandradio**

- unkorrigiertes Exemplar -

O-Ton (1) Brüning: Der Boom, der war eigentlich so ab den ersten ‚Herr der Ringe‘-Filmen zu spüren.

O-Ton (2) „Herr der Ringe“, mit Atmo surrender Pfeile, Geräusch einer Schlacht: Schickt einen Pfeilhagel! – Pfeile los!

Atmo: Abschuss- und Einschlagsgeräusch eines Pfeils (eventuell mehrere Male unter oder zwischen den O-Tönen)

O-Ton (3) Kerstin: Das war vor allem, weil ich oft auf Mittelaltermärkte gegangen bin und es einfach cool fand – Bogenschießen.

O-Ton (4) Goebel: Ein Mittel für alle, die hyperaktiv sind zum Beispiel, deswegen Jugendliche und Bogenschießen halte ich für eine wunderbare Sache

O-Ton (5) Lars: Die Augen ruhen auf dem Ziel. Und dann merkst du dir nach jedem Treffer, wo du hin willst.

O-Ton (6) Lange: Ich stelle die Mannschaft zusammen, die zu einer Weltmeisterschaft fährt

O-Ton (7) Körner: Man muss es ja klar sehen, dass Kyudo aus der Kriegskunst kommt.

O-Ton (8) Hofherr: Bogenschießen ist der ideale Sport für einen faulen alten Mann wie mich.

O-Ton (9) Woppmann: Man muss erst mal die Schießtechnik haben. Die Schießtechnik ist das A und O.

**Titelansage: Bogen. Sehne. Pfeil. Vom Anspannen und Loslassen.
Von Michael Reitz**

Atmo: Werkstattgeräusche

O-Ton (10) Klein: Die Leute, die ich bediene, sind in der Regel schon mehrere Jahre in der Szene unterwegs. Die kennen sich aus, die wissen, was ihr derzeitiger Bogen leistet oder auch nicht leistet. Und das sind meine Kunden, die sich an mich wenden, um ein speziell angepasstes Sportgerät auch zu erwerben, welches dann auch natürlich in den ganzen ästhetischen Aspekten ihrer Vorstellung entspricht.

Erzählerin: In der Mitte einer circa zweihundert Quadratmeter großen Schreinerei stehen ein massiver Tisch mit eingelassenen Schraubzwingen, eine elektrische Bandsäge und eine Schleifmaschine. Es ist die Bogenbau-Werkstatt von Mathias Klein in einem Dorf in der Nähe von Zülpich in der Voreifel. Wer sich unter Anleitung einen Bogen selber bauen will, hat hier dazu die Möglichkeiten.

O-Ton (11) Klein: Die Motivation ist, dass der Wunschbogen, der Bogen nach meiner Vorstellung, also jetzt aus Kundensicht gesprochen, aus Teilnehmersicht gesprochen, der Wunschbogen eben dadurch noch aufgewertet wird, dass ich ihn selbst baue.

Erzählerin: An diesem Wochenende arbeiten hier Silke und Reiner Kühle. Die Mitvierziger sind dreihundert Kilometer von Stuttgart bis zur Matthias Kleins Werkstatt gefahren und wollen sich unter seiner Anleitung Langbögen bauen, die aus mehreren Holz- und Kunststoffschichten bestehen.

O-Ton (12) Reiner (mit Atmo Werkstatt): Ich schieß jetzt schon dreißig Jahre Bogen, da kommt man natürlich auf so manche Idee, natürlich auch, einmal einen zu bauen. Als Kinder haben wir die Haselnuss-Bögen gebaut, das war einfach damals so und dann ging es irgendwann mal

anders weiter. War einfach die Idee, dass man mal wieder einen baut, das man was Besseres hat als den Haselnuss-Bogen.

O-Ton (13) Silke: Ich habe mir schon mal einen eigenen Bogen geschitzt (...) das war an so einem Wochenende (...) Und dann haben wir das gehört hier, und dann haben wir gesagt, klar, machen wir das.

Atmo als Übergang zum Vereinsschießen

O-Ton (14) mit Hallenatmo/Bogenverein: Der Pfeil geht doch gnadenlos daneben – Nein, der trifft – Ist nur die Frage, was – Greif vorne nicht, lass die Hand locker [Schuss] – Genau, du hast jetzt gerade die Finger aufgemacht ganz stark.

Erzählerin (anfangs mit Hallenatmo unter Text): Samstagnachmittag in einer Sporthalle in Köln-Mauenheim. Unter Anleitung des Trainers Christian Mallmann schießen zehn Männer und Frauen mit Pfeil und Bogen.

Erzähler: Die Ziele: Mehrere vierzig Zentimeter große Scheiben auf Schaumstoffplatten. Entfernung: achtzehn Meter, Standarddistanz für Hallenschießen. Hinter den Zielen befindet sich der sogenannte Fang. Ein Stoffvorhang, der Fehlschüsse auffängt. Denn mit bis zu 300 Kilometern pro Stunde kann ein abprallender Pfeil zu einem gefährlichen Querschläger werden.

O-Ton (15) mit Atmo: Nicht greifen heißt nicht, dass du die Finger aufmachst, (...) du lässt die Finger schon am Bogen, aber du kannst

schon locker lassen, du darfst keine Kraft da drauf haben. – Verstehe. –
Nicht greifen! [Schuss] – Sehr gut!

Atmo Halle (Schießen, Einschlagsgeräusche, Gemurmel)

Erzählerin: Bogenschießen war in Deutschland immer eine Randsportart. Und trotzdem: Kaum eine andere Disziplin hat so viele Facetten, kaum ein anderes Sportgerät kann so vielfältig eingesetzt werden wie Bogen und Pfeile: Wettkampf, mentales Training, Konzentrationshilfe, Stressabbau, therapeutisches Instrument, Jagdwaffe oder einfach nur als Hobby im heimischen Keller.

Erzähler: Man kann zwischen mehreren unterschiedlichen Bogen- und Schießarten wählen. Recurve-, Compound-, kurzer mongolischer Reiter- oder englischer Langbogen. Mit dem übrigens das letzte große europäische Gefecht mit Bogenschützen-Beteiligung ausgetragen wurde.

Atmo Schlachtgetümmel

Erzähler: Es fand im Hundertjährigen Krieg zwischen Frankreich und England statt. 1346, in der Schlacht von Crécy, deckten 8.000 walisische Bogenschützen die französischen Truppen mit einem stundenlangen Pfeilhagel ein, der zur Niederlage der Franzosen führte. In jahrelangen Manövern hatten englische Militärstrategen herausgefunden: Der optimale Auftreffwinkel für einen Pfeil, der in bogenförmiger Bahn abgefeuert wird, beträgt 15 Grad.

Atmo Einschlagsgeräusche

Erzählerin: Bogenschießen fasziniert. Denn anders als beim Schießen mit einer Feuerwaffe geht es hier um das Zusammenwirken von Konzentration, Körperbeherrschung, Intuition. Und Lust daran, etwas zu schaffen, was zunächst vollkommen unmöglich scheint: ohne technische Hilfsmittel ein Ziel zu treffen. Noch etwas spielt eine Rolle, meint Henry Brüning. Der Besitzer eines Bogensportladens in Solingen erzählt:

O-Ton (16) Brüning: Der Boom, der war eigentlich so ab den ersten ‚Herr der Ringe‘-Filmen zu spüren, und dann die ‚Tribute von Panem‘, die dann relativ schnell hinterher kamen. Da sind dann gerade viele kleine Mädchen oder Jugendliche dann zum Bogenschießen gekommen und dann kamen ja immer wieder Filme, die das immer so ein bisschen angeheizt haben.

Erzählerin: In den vier Filmen der „Tribute von Panem“-Serie, bei denen Gary Ross und Francis Lawrence Regie führten und deren erster Teil 2012 in die Kinos kam, ist es die Amazone Katniss, die junge Frauen und Mädchen für das Bogenschießen interessierte.

O-Ton (17) „Hunger Games“ (Atmo einschlagender Pfeil): Thank you for your consideration!

Erzählerin: Als die Veranstalter der „Hungerspiele“ auf Katniss‘ Schießkünste nur gelangweilt reagieren, schießt sie kurzerhand einen Apfel von deren reich gedeckter Tafel. In dem Animationsfilm „Merida – Legende der Highlands“ ist es ähnlich: Pfeil und Bogen werden zu Mitteln weiblicher Selbstbehauptung.

O-Ton (18) Kerstin: Ich habe vor ungefähr vier Jahren angefangen.

Erzählerin: Kerstin Kanzler, Jahrgang 2002. 2016 deutsche Meisterin ihrer Altersklasse im Bow-Hunting, Feldbogenschießen. Sie lebt in Kall in der Eifel.

O-Ton (19) Kerstin: Das war vor allem, weil ich oft auf Mittelaltermärkte gegangen bin und es einfach cool fand – Bogenschießen – und auch historische Romane gelesen habe mit Bogenschießen. Dann habe ich das einfach mal ausprobiert und fand es ziemlich cool.

Erzähler: Der wohl berühmteste Bogenschütze des Mittelalters und damit eines der Vorbilder von Kerstin Kanzler ist Robin Hood. Die Legende des Rächers der Armen in den Wäldern um Nottingham erzählt von unglaublichen Schießkünsten.

Erzählerin: In dem Film „Robin Hood – König der Diebe“, der 1991 von Kevin Reynolds gedreht wurde, erschießt der Held nicht nur mehrere Schergen des bösen Sheriffs von Nottingham. Sondern schafft es mit einem Meisterschuss, den Strang zu durchtrennen, an dem bereits einer seiner Gefährten baumelt.

O-Ton (20) Robin-Hood-Film (englisch)

Erzähler: Soweit die Fantasiewelt....

O-Ton (21) Kerstin: Ich finde am Bogenschießen vor allem sehr schön, dass es nicht diesen Mannschaftsdruck gibt. Es ist nicht so, dass wenn du auf einem Turnier schlecht schießt, dass dann direkt dein ganzes Team untendurch ist, sondern jeder schießt für sich. Aber gleichzeitig ist es

natürlich cool, wenn von deinem Verein alle auf dem Siegereppchen landen.

Atmo: Abschuss- und Einschlagsgeräusche von Pfeilen, mehrere Male hintereinander

Erzähler: Beim Feldbogenschießen geht es darum, einen Parcours abzugehen. Und dabei auf insgesamt 28 lebensgroße Tierattrappen aus Kunststoff zu schießen, auf denen Zielscheiben mit jeweils sechs Ringen angebracht sind.

O-Ton (22) Kerstin: Offizielles Training ist einmal in der Woche, montags. Man kann noch, wenn man Zeit und Lust hat, auf den vereinseigenen Parcours gehen. Ich habe auch bei mir zu Hause einen eigenen Parcours, wo ich trainieren kann (...) Wir haben in jedem Training einen anderen Schwerpunkt – ob Handhaltung, Auszug oder Atmung –, während wir im Sommertraining hauptsächlich im Parcours auf die verschiedenen Entfernungen gehen. Im Wettkampf kann es ja auch sein, dass es zwischen fünf und 30 Meter Entfernung gibt, und das trainieren wir im Sommer.

Erzähler: Die Meisterschaften werden ausgetragen vom DFBV, dem Deutschen Feldbogensportverband, neben dem Deutschen Schützenbund eine der größten Organisationen des Bogenschießen in Deutschland. Oberster Trainer der Feldbogendisziplin ist Peter Lange.

O-Ton (23) Lange: Ich war hier bei Ritterspielen in Satzvey, und da war auch eine Gruppe, die da Bogenschießen angeboten hat, und ich fand es ganz toll, habe das in der Firma erzählt am nächsten Tag. Und dann hat sich herausgestellt, dass unsere Buchhalterin selber Bogenschützin war

(...) Und die hat mich dann mitgeschleift (...) Das ist ungefähr 30 Jahre her jetzt.

Erzählerin: Peter Lange besucht in ganz Deutschland Vereine, führt Workshops durch, bereitet nationale und internationale Meisterschaften mit vor.

O-Ton (24) Lange: Ich stelle die Mannschaft zusammen, die zu einer Weltmeisterschaft fährt (...) Da muss ich über ein Auswahlssystem im Jahr schauen, wer das ist. Wir haben Ranglistenturniere im DSB, wo wer Interesse hat, dran teilnehmen kann. Die Erst- und Zweitplatzierten (...) kommen in die Mannschaft rein. Meine Aufgabe ist, eine möglichst medaillenträchtige Mannschaft zusammenzustellen (...) Männer und Frauen jeweils (...) Insgesamt sind es theoretisch zwölf Leute, die dann zu einer Weltmeisterschaft fahren.

Erzählerin: Leistungssportler der Disziplin Bogenschießen, die an den olympischen Spielen oder der deutschen Meisterschaft teilnehmen, müssen viel Zeit in ihren Sport investieren. Dabei geht es nicht nur um das effektive Zielen, sondern auch um das Trainieren der Arm- und Rückenmuskulatur. Außerdem muss die Schützin sich trotz eines Handschuhs an das enorme Zuggewicht der Bogensehne gewöhnen.

O-Ton (25) Lange: Wenn ich ambitioniert schießen will, muss ich auch an der Kondition arbeiten. Ich muss zusätzlich joggen gehen oder schwimmen oder Rad fahren, einfach um eine Grundkondition zu haben, um diesen Wettkampf sauber durchstehen zu können (...) Das geht dann schon in die Knochen. Da muss man fit sein.

Erzähler: Immense Kondition brauchten die Reiter der Hunnen während der Völkerwanderungskriege im vierten und fünften Jahrhundert. Ihr sogenanntes „parthisches Manöver“ sorgte für massenhafte Verluste in den Reihen ihrer Gegner. Die Schützen waren nämlich in der Lage, sich freihändig reitend auf ihrem Sattel umzudrehen und mit hoher Präzision und Frequenz zu schießen. Die Täuschung bestand darin, dass eine Bewegung, die wie eine Flucht aussah in Wirklichkeit ein Angriff war.

O-Ton (26) Lange: Um das wirklich durchstehen zu können, ohne dass Ermüdungserscheinungen mich an meiner Trefffähigkeit hindern, muss man konditionell mindestens 300 Pfeile schießen können, ohne dabei zu ermüden – und der erste muss wie der letzte rausgehen.

Atmo aus dem Verein

O-Ton (27) Lange: Erst einmal muss man die Technik lernen. Das ist genauso wie wenn ich 100-Meter-Sprinter werden will, dann muss ich erst einmal laufen lernen (...) Ich kann nicht jemanden einfach von der Straße nehmen und sagen, komm, ich zeige dir mal, wie das geht, und dann funktioniert das, und dann kannst du in drei Wochen zur deutschen Meisterschaft fahren. Das funktioniert einfach nicht.

Erzähler: Vergleichbares Resultat wäre dann wahrscheinlich eine Pleite, wie sie in Homers „Odyssee“ erzählt und in dem 1954 von Mario Camerini gedrehten Spielfilm „Die Fahrten des Odysseus“ adaptiert wurde.

O-Ton (28) „Die Fahrten...“ (englisch)

Erzählerin: Nachdem ihr Mann seit zwanzig Jahren auf sich warten lässt, verlangen die Freier von der schönen Penelope, dass sie sich für einen von ihnen entscheidet. Sie veranstaltet einen Wettkampf: Wer es schafft, Odysseus' daheim gebliebenen Bogen nicht nur zu spannen, sondern auch noch einen Pfeil durch die Schaftlöcher von zwölf hintereinander aufgestellten Äxten zu schießen, dessen Ehefrau will sie werden. Alle versagen kläglich. Bis auf Odysseus, der inkognito zurückgekehrt ist und Rache an den Nebenbuhlern nimmt.

O-Ton (29) Lange: Um Top-Leistung bringen zu können, muss das ganze System funktionieren. Du musst ja auch unterstützt werden von deinem sozialen Umfeld. Ganz klar. Training ist eben nicht, sich hinstellen und nur schießen. Training ist a) Zielsetzung und b) gucken, was kann ich. Wo ist Verbesserungspotenzial oder -notwendigkeiten, die dann im Einzelnen trainiert werden müssen.

Erzählerin: Das Buch „Hagakure – Der Weg des Samurai“ wurde im Japan des frühen 18. Jahrhunderts von dem Samurai-Bogenschützen Tsunetomo Yamamoto verfasst. Er beschrieb, was das Bogenschießen mit dem Leben zu tun hat:

Zitator: Der beste Weg, andere zu übertreffen, ist der, von anderen aufrichtig die eigenen Angelegenheiten kritisieren zu lassen und sie um Rat zu fragen. Für die meisten Menschen zählen nur ihre eigenen Meinungen. So kann man aber andere nicht übertreffen.

Atmo Schießen in der Halle

Erzählerin: Viel trainiert hat auch der ehemalige Berliner Polizeibeamte Manfred Woppmann. Bei vorsichtiger Schätzung kommt er auf über vierzig

Erstplatzierungen bei den Berliner Meisterschaften in unterschiedlichen Bogensport-Disziplinen:

Erzähler: Schießen auf verschiedene Distanzen mit und ohne Visier, in der Halle oder unter freiem Himmel, auf Scheiben oder im Parcours.

O-Ton (30) Woppmann: Ich wollte immer so ein bisschen wissen, weil ich nun der Meinung war, ich kann jetzt einigermaßen gut schießen, wollte ich mal sehen, wie viel Leute gibt es denn, die jetzt noch besser schießen als du. Und meine Erfahrung ist die, und das gebe ich dann auch immer weiter, dass man bei Wettkämpfen am meisten lernt.

Erzählerin: Trainiert hat er dabei meistens nach Feierabend, auf dem Dachboden seiner Dienststelle.

O-Ton (31) Woppmann: In der ganz aktiven Zeit die Woche drei, vier Mal. Und dann aber auch jeweils drei Stunden. Also drei-, viermal Training, das musste sein, vor allen Dingen mit der Zugstärke. Damals habe ich so 45 Pfund gehalten und am Kinn, also am Ankerpunkt, und das schafft man nicht mit ein oder zwei Mal Training in der Woche. Da macht der Bogen mit mir, was er will.

Erzähler: Zählweise und Durchmesser der Zielscheiben bei Wettkämpfen sind international nach den sogenannten FITA-Regeln festgelegt. Die Abkürzung steht für „Fédération Internationale de Tir à l'Arc“, zu Deutsch „Internationale Vereinigung des Bogenschießens“. So hieß der 1931 gegründete Weltverband, bevor er 2011 in „World Archery Federation“ unbenannt wurde. Bei 90, 70 und 60 Meter Entfernung muss die Scheibe einen Durchmesser von 122 Zentimeter haben, bei der Fünzig-Meter

Distanz 80 Zentimeter. Das Ziel besteht aus zehn Ringen, wobei die Mitte, das sogenannte Gold, neun und zehn Punkte zählt.

Erzählerin: Sein erster Erfolg, so Manfred Woppmann, war alles andere als geplant.

O-Ton (32) Woppmann: Ich habe mir damals aus Kostengründen als Familienvater mit zwei Kindern die Sehnen selbst gewickelt. Das war nur ein Bruchteil von dem, was man für eine fertige Sehne zahlen musste. Und kam aber dann nicht mehr dazu, mir jetzt eine passende Sehne zu wickeln und dachte (...) machst du Knoten rein, bis die Sehne in der Länge passt (...) Die alten Schützen, die also schon auch Erfahrung hatten, die sagten, bist du wahnsinnig? Du kannst doch nicht mit so einer Sehne schießen, dann reißt dir die Sehne an dem Knoten. Na, der Unterschied war der, ich habe mit der Sehne gewonnen.

Erzählerin: Bogenwettkampf ist erst seit 1972 olympische Disziplin. Im Unterschied zur jungen Schützin Kerstin Kanzler fing Manfred Woppmann erst als über Dreißigjähriger mit dem Bogenschießen an. Grund dafür war ein Bandscheibenvorfall, der ihn für Wochen bewegungsunfähig gemacht hatte. Im Polizeisportverein hörte er davon, dass Bogenschießen bei solchen Verletzungen hilft, vorausgesetzt, man gehe behutsam vor.

Atmo Verein

Erzählerin: Puristinnen wie Kerstin Kanzler benutzen bei Wettkämpfen kein Visier und einen Langbogen, wie man ihn aus den Robin-Hood-Filmen kennt.

Erzähler: Die Sehne führt direkt von einem Bogenende zum anderen. Im Unterscheid zu einem sogenannten Recurver, dessen Wurfarme S-förmig gebogen sind, und dessen Sehne oben und unten circa drei Zentimeter am Bogen anliegt. Außerdem lässt sich am Recurver ein Visier anbringen.

Atmo Werkstatt

Erzählerin: Ganz so perfektionistisch wollen Silke und Reiner Kühle nicht sein. Sie haben mit dem Bogenbauer Matthias Klein vorher besprochen, welche Art von Bogen sie bauen wollen:

Erzähler: Wie hoch soll die Zugkraft sein, welche Größe soll er haben, wie lang ist die Auszugslänge. Mit ihr bezeichnet man den Abstand des Griffes zur Sehne bei gespanntem Bogen. Und: er soll wettkampftauglich sein.

O-Ton (33) Silke: Das macht mir Spaß, mich auch mit anderen zu messen, so das ganze Drumherum, ist einfach ein gutes Gefühl.

Erzählerin: Bereits die Arbeit am ersten Tag ist aufwendig und erfordert eine hohe Konzentration. Dünne Bambusstreifen müssen zunächst mit der Hand abgeschliffen werden, bevor man sie vorsichtig übereinanderlegt und verleimt.

O-Ton (34) Klein: Wir bauen einen Kompositbogen, die Modelle, die wir jetzt hier angehen, die haben einen Holzkern, der außen mit Fieberglass belegt ist. Die Charakteristik des Bogens wird dadurch bestimmt. Der Holzkern hat in so einem Verbundbogen dann eher noch die Aufgabe, die

Rückstellkraft zu generieren. Das heißt, wenn ich am Bogen gezogen hab und löse, mit welcher Kraft der Pfeil dann seine Beschleunigung erfährt. Und wir haben uns jetzt hier für einen Bambuskern entschieden aus verschiedenen Gründen, die den verwendeten Pfeilen, der Länge des Auszugs und der Aspekte des Bogenmodells geschuldet sind.

Atmo Werkstatt

Erzähler: Eine andere Variante ist der Compound-Bogen, ein High-Tech-Gerät aus kohlefaserverstärktem Kunststoff, standardmäßig ausgestattet mit kleinem Zielfernrohr, Wasserwaage, Stabilisatoren und somit hoher Treffsicherheit. Während Recurve- oder Langbogen ein Meter fünfzig bis ein Meter neunzig lang sind, misst der Compound-Bogen etwa einen Meter. Seine Reichweite ist extrem hoch: der Rekord eines mit dem Compound abgeschossenen Pfeils liegt bei 1.600 Metern, ungefähr fünfmal so weit wie mit einem starken Recurve-Bogen.

O-Ton (35) Brüning: Compound-Bogen (...) gibt es eigentlich erst seit den Sechziger-, Siebzigerjahren, mit einem Flaschenzug-Umlenkensystem, was eben die Kraft aus der Sehne überträgt in die Cams, wie wir sie nennen, also diese Rollen, und dann in den Rollen gespeichert wird und dadurch die Zugkraft selber, die auf der Sehne ist, wird dadurch reduziert.

Erzählerin: Obwohl sich mit einem Compound-Bogen kaum neben die Scheibe schießen lässt und er relativ schnell zu beherrschen ist, stößt er bei vielen Bogensportlern auf Ablehnung. So auch bei Kerstin Kanzler.

O-Ton (36) Kerstin: Beim Compound-Bogen ist es kein wirkliches Bogenschießen mehr, weil es da mehr auf das ankommt, was du dir kaufen kannst – ob du ein super gutes Visier hast oder einen super guten teuren Bogen –, während es bei Langbogen und Recurve halt darauf ankommt, wie du selbst schießen kannst, und nicht nur darauf, wie teuer dein Equipment war.

Erzählerin: Manfred Woppmann, der heute ehrenamtlich als Trainer an der Berliner Freien Universität arbeitet, formuliert seine Ablehnung des Compound-Bogens deutlicher:

O-Ton (37) Woppmann: Die Sehne wird zum Beispiel nicht mehr mit den Fingern gehalten, weil man ja einen Fehler machen kann beim Lösen, da gibt es schon ein Gerät für. Dann, wenn man mit dem Visier schießt, bei dem normalen Bogen hat man nur einen roten Punkt zum Beispiel oder einen grünen Punkt, mit dem man zielt, der ist in einem kleinen Tunnel drin, das ist geschützt. Und beim Compound-Bogen ist dieser Punkt in ein Vergrößerungsglas eingelassen, damit die Entfernung nicht mehr so weit ist. Und dann alles so ein Schnickschnack (...) Das Einzige, was noch fehlt (...) der Stuhl dazu, dass ich mich bequem hinsetzen kann.

Erzählerin: Verantwortlich für die Kraft des Bogens ist unter anderem das Zuggewicht, also die Kraft, mit der der gespannte Bogen auf den Pfeil wirkt. Sie wird in Pfund gemessen.

Erzähler: Ein männlicher Anfänger beginnt in der Regel mit 25 Pfund, Frauen mit 20. Beim olympischen Wettkampf schießen Männer mit Recurve-Bogen bis 58 Pfund, Frauen bis 38. Das erfordert eine Menge Kraft – was bei einem Compound-Bogen nicht nötig ist.

O-Ton (38) Brüning: Ein Compound-Bogen ist am Anfang sehr schwer zu ziehen und wird, je weiter ihn man nach hinten zieht, immer leichter. Bei einem anderen Bogen, bei einem Recurve oder bei einem Langbogen ist es genau andersrum.

Erzählerin: Neueinsteiger neigen dazu, sich zu überschätzen. Henry Brüning stellt Kunden, die bei ihm zum ersten Mal einen Bogen kaufen, die Frage

O-Ton (39) Brüning: Zuerst mal, wo er schießen möchte. Oder ob er schon Erfahrung hat im Bereich Bogenschießen. Was er sich darunter vorstellt, ob er schon mal Kontakt hatte in dem Bereich. Ja, und dann gehen wir im Prinzip erst mal so langsam vor.

Erzähler: Ein Recurve-Bogen ist für unter zweihundert Euro zu haben, Compounder kosten ungefähr das Dreifache. Wobei die Grenze nach oben offen ist, ebenso wie bei den Pfeilen aus Holz, Karbon oder Aluminium, die zwischen fünf und sechzig Euro kosten können.

O-Ton (40) Brüning: Bei Leuten, die so ein bisschen einfach nur für sich im Garten schießen wollen, da kann man sagen, okay, dann nimmst du einen einfachen Recurve-Bogen oder Langbogen, das, was dir besser gefällt. Da hat man dann auch hier die Möglichkeiten, das mal probezuschießen.

Erzähler: Wettkämpfe sind in verschiedene Bogenarten unterteilt. Mischungen sind nicht erlaubt, da jemand mit einem visiergestützten Compoundbogen einem Langbogenschützen wegen seiner technischen Ausrüstung überlegen wäre. Dabei erfreut sich das Parcours- oder 3D-

Schießen nicht nur in der offiziellen Wettkampfvariante großer Beliebtheit. Pro Jahr werden in Deutschland Dutzende von privat organisierten Turnieren veranstaltet, auf denen in speziell dafür abgesicherten Waldgebieten auf Tierfiguren geschossen wird.

O-Ton (41) Carlo/Christian: Auf's Blatt? – Ja, verpass ihm eine! [Schuss]

Erzählerin: Einer von ihnen ist Carlo, geboren 2012 und Sohn des Köln-Mauenheimer Trainers Christian Mallmann. Bei der Regionalmeisterschaft belegt Carlo mit seinem Compoundbogen Platz drei.

O-Ton (42) Carlo/Christian: Jetzt kuck mal, was du geschossen hast. – Ne drei, zwei vieren, boah, Mann!

Musik: Ted Nugent „My Bow and Arrow“

Erzählerin: Das Parcours- oder 3D-Schießen ist im Grunde eine Erinnerung an archaische Zeiten. Unsere Vorfahren in der Neusteinzeit mussten ihre Sippe mit dem Bogen verteidigen oder gingen mit ihm auf eine oftmals gefährliche Jagd. In manchen Ländern ist das Jagen mit Pfeil und Bogen heute noch üblich – in Deutschland jedoch nicht.

O-Ton (43) Hofherr: § 19 Jagdgesetz verbietet den Schuss mit Bolzen und Pfeil auf alles Schalenwild und Seehunde.

Erzählerin: Alois Hofherr, Vorsitzender des TJBD und angestellt in einem Laden für Bogen- und Jagdbedarf. Die Abkürzung steht für „Traditionelle Jagdbogenschützen Deutschland“ mit Sitz im oberpfälzischen Vilseck.

O-Ton (44) Hofherr: Wobei man also rein theoretisch einen Fuchs jagen dürfte, weil er ja kein Schalenwild ist. Oder auch einen Hasen. Nur greift hier das Tierschutzgesetz, weil der Bogen nicht diese Tötungsenergie nachweisen kann, die das Tierschutzgesetz fordert.

Erzählerin: In Ländern wie Frankreich, Österreich oder den USA ist die Jagd mit dem Bogen erlaubt. Alois Hofherr fährt des Öfteren für längere Zeit in die USA um dort zu jagen. Voraussetzung dafür ist eine Lizenz, die auch in Deutschland erworben werden kann. Doch was ist die Motivation, mit einer Waffe auf ein Tier zu schießen und es zu töten? Jagdinstinkt? Lust am Abenteuer in der Wildnis?

O-Ton (45) Hofherr: Das ist so eine Entscheidung, ob ich jagen gehe, um jetzt hundertprozentig was zu erlegen, oder ob ich jagen gehe, um zu jagen. Und ich gehe halt mit traditioneller Ausrüstung auf die Jagd, weil ich jagen will. Das Erlegen, das ist so das Sahnehäubchen oben drauf. Kriegt nicht, gibt es nicht jedes Mal, gibt es nicht bei jeder Jagd. Bin schon oft auch von Auslandsreisen ohne Jagderfolg heimgefahren, aber immer mit tollen Erlebnissen, ja?

Erzählerin: Alois Hofherr ist auch Trainer des TJBd. Geschossen wird auf dem Schießstand des Ladens für Jagdbedarf in Vilseck. Worin besteht die Ausbildung?

O-Ton (46) Hofherr: Die besteht einmal darin, dass wir also individuelle Schießstunden anbieten. Wer einen Compound-Bogen kauft, kriegt drei Stunden „Lerne Bogenschießen“ umsonst dazu. Und ich garantiere jedem, dass er mit einem Trefferbild von dem berühmten Fünfmarkstück auf diese 10-Meter-Bahn hier spätestens nach diesen drei Stunden den Laden verlässt. Meine 37jährige Erfahrung im Bogenschießen und seit ungefähr

34 oder 35 Jahren tu ich Menschen ausbilden im Bogenschießen, ja, das kann ich umsetzen.

Musik: Ted Nugent „My Bow and Arrow“

O-Ton (47) Hofherr: Die Leute lernen theoretisches Grundlagenwissen über Pfeil und Bogen. Und Grundlagenwissen über die Jagd. Wobei das halt bei Weitem nicht so ausführlich wie im deutschen Jagdschein ist, ja? Ist schon klar. Aber in anderen Ländern sieht man halt auch das Thema Jagd anders. In allen diesen Ländern, die ein Lizenzjagdrecht haben, wo jeder Bürger eine Jagdlizenz kaufen kann und auf die Jagd gehen kann, ist das Ausbildungsniveau nicht so hoch wie bei uns.

Erzähler: Der Verband der traditionellen Jagdbogenschützen Deutschlands hat 120 Mitglieder, ein exklusiver Kreis. Um aufgenommen zu werden, muss man einen Bürgen haben, der bereits Mitglied ist. Erst nach einer mehrmonatigen Probezeit wird über die Aufnahme entschieden. Hauptkriterium ist dabei der verantwortungsvolle Umgang mit dem Bogen als Waffe und der Respekt vor dem Tier, das waidgerecht, also ohne unnötige Schmerzen, erlegt werden muss. Zu diesem Zweck hat der Verband spezielle Tier-Zielscheiben entworfen.

O-Ton (48) Hofherr: Da ist hier die Herz-Lungen-Region eingezeichnet (...) Da habe ich diesen Strich. Wenn ich mich irgendwo entlang diesem dunklen Schattenstrich auf einen Punkt konzentriere, dann weiß ich (...) wenn ich hin schieße, ja, da erlege ich super sauber. Das ist ein so schöner tödlicher Schuss, schöner tödlich geht gar nicht (...) Das sind sechs Scheiben auf sechs unbekannte Entfernungen (...) Und du musst

praktisch mit sechs Schuss fünf Mal tödlich treffen (...) Das ist auch die größte Durchfallquote (...) die Krux ist immer die Schießprüfung.

Erzählerin: Regelmäßiges und zeitaufwendiges Training sind nötig, um genau zu treffen.

O-Ton (49) Hofherr: Das ist jetzt eine Übung aus dem japanischen Kriegsbogenschießen. Ich stelle mich mit dem Rücken zur Scheibe, ja, wähle dann einen offenen Stand und drehe mich herum, und Bogen kommt hoch. [Schuss] Das sind so Übungen, die ich persönlich regelmäßig mache, um mir meine Beweglichkeit für die Jagd zu erhalten. Ich werde auch älter, ich muss halt schauen, dass ich ein bisschen flexibel bleibe (...) Bogenschießen ist der ideale Sport für einen faulen alten Mann wie mich. Wer nichts macht, trifft am besten. Ja?

Erzähler: Der Bogen als Jagdwaffe. Darüber hinaus waren Bogenschützen seit der Antike das Rückgrat einer militärischen Streitmacht. Das älteste Zeugnis: Die Ägypter entschieden 1274 vor Christus im heutigen Syrien die Schlacht von Kadesh gegen die Hethiter durch Bogentruppen für sich. Spektakulärster Schütze der Antike dürfte jedoch Paris sein, der während des trojanischen Krieges dem Helden Achilles in die Ferse, dessen einzige unverwundbare Stelle, schießt und ihn damit tötet. Wie im Film „Troja“ des deutschen Regisseurs Wolfgang Petersen aus dem Jahr 2004 beschrieben:

O-Ton (50) (englisch) Film „Troy“ (Pfeilezischen): No! Don't shoot!

Erzähler: Hohe Perfektion erreichten auch die Römer mit ihren Schützen. Zum Beispiel in den Markomannen-Kriegen gegen Ende des zweiten

Jahrhunderts nach Christus. Dargestellt in dem im Jahr 2000 gedrehten Film „Gladiator“ des britischen Regisseurs Ridley Scott.

O-Ton (51) „Gladiator“ (mit Atmo, Pfeilezischen, Geschrei und Musik): Bogenschützen! Legt an! Schießt!

Erzählerin: Wie gehen heutige Sportschützen wie Kerstin Kanzler damit um, dass sie ein Kriegsgerät in Händen halten?

O-Ton (52) Kerstin: Ich weiß, dass es auch eine Waffe ist. Allerdings wird sehr auf Sicherheit geachtet, wenn man schießt. Es wird sehr darauf geachtet, dass keiner vor dem Schützen steht und auch immer genügend Abstand zum Schützen gehalten wird, weil es auch immer sein kann, dass der Pfeil abprallt und zurückkommt.

Musik: Japanische Musik

Erzählerin: In Japan ist das militärische Bogenschießen der Samurai seit dem 16. Jahrhundert in eine Form überführt worden, die mit aggressiver Kriegskunst nichts mehr zu tun hat: das sogenannte Kyudo. „Weg des Bogens“, so die Übersetzung des japanischen Wortes Kyudo, ist wie Karate oder Judo eine der Budo- oder Kampfkünste.

Erzähler: Die so genannte „Budo-Charta“ wurde 1987 von der „Japanischen Budo-Vereinigung“ publiziert. Hier ist der Ehrenkodex eines Kampfkünstlers festgelegt:

Zitator: In der täglichen Übung muss man beständig den Regeln des Anstandes folgen, muss den Grundlagentreu bleiben und der Versuchung widerstehen, ein ausschließlich an technischen Fähigkeiten orientiertes Training zu betreiben, anstatt die Einheit von Geist und Technik anzustreben.

O-Ton (53) Körner: Kyudo ist, mit einer schönen exakten Kunst den Frieden des Herzens gewinnen.

Erzählerin: Karin Körner ist Kyudo-Lehrerin in Köln.

O-Ton (54) Körner: Im Kyudo zählt nicht nur der Treffer, der ja eindeutig ist – also, hat man das Ziel getroffen oder nicht –, das ist ja klar, sondern es geht auch darum, eine bestimmte Form, eine bestimmte innere Haltung einzunehmen bzw. sichtbar zu machen. Das ist eine schwierige Einschätzung. Das kann eigentlich nur jemand, der sehr erfahren ist, bewerten, ob jemand – äußerlich gesehen ist das auch einfach gesagt – die jeweiligen Formen oder die jeweiligen Übungsphasen oder Schießaufbauphasen einhält. Aber aus welcher inneren geistigen Haltung heraus hat er das gemacht? Weil Kyudo eben nicht nur im Äußeren sich verwirklicht, sondern im Wesentlichen eine Einheit oder den Einklang von Körpertechnik und Geist bildet.

Erzählerin: Wie viele Kampfkünste Asiens wurzelt auch Kyudo im Zen-Buddhismus und Taoismus. Es geht nicht in erster Linie um Wettkampf und Ehrgeiz, sondern um die geistige Entwicklung des Menschen. Kyudo ist ein meditativer Zugang zu sich selbst, ein jahrelanger Weg, der nie zuende ist.

O-Ton (55) Körner: Der Zweck ist nicht, ein Ziel zu treffen oder der große Sieger zu sein, sondern der Zweck ist, den Charakter und die Persönlichkeit des Schützen zu formen, um ein gutes, nützliches Mitglied der Gesellschaft zu werden. Es hat immer einen individuellen Aspekt, für jeden Einzelnen. Es hat aber auch diesen kollektiven, dass dieser Einzelne das, was er erwirbt an Fähigkeiten, an Fertigkeiten, an Entwicklung zum Guten der anderen mit einbringen kann.

Erzählerin: Besonders eindrücklich ist das in dem Buch „Zen in der Kunst des Bogenschießens“ von Eugen Herrigel beschrieben, erschienen im Barth-Verlag. Der deutsche Philosoph Herrigel hatte von 1924 bis 1929 eine Gastprofessur in der japanischen Stadt Sendai. Während dieser Zeit lernte er Kyudo kennen und ließ sich von einem Meister unterrichten. Was Eugen Herrigel anfangs für eine bloße Variante des europäischen Bogensports hielt, entpuppte sich bald als eine Reise zu sich selbst.

Zitator: Der Meister führte das rechte Lösen des Schusses unentwegt vor; unentwegt versuchte ich, es ihm gleichzutun – mit dem einzigen Erfolg, dass ich nur noch unsicherer wurde. Es schien mir wie dem Tausendfüßler zu gehen, der sich nicht mehr zu bewegen vermochte, seit er sich den Kopf darüber zerbrochen hatte, in welcher Reihenfolge er seine Füße rege.

Erzähler: Der Ablauf eines Kyudo-Trainings ist strikt ritualisiert. Zuallererst gilt: Im „Dojo“ – japanisch für „Raum des Weges“ – sollte nach Möglichkeit nur das Nötigste gesprochen werden. Der weitere Ablauf wird durch den sogenannten Hassetsu geregelt, japanisch für „acht Abschnitte“, in die das Schießen unterteilt ist. Die zweite Phase heißt Ashibumi, erklärt Karin Körner.

O-Ton (56) Körner: Das ist das Setzen der Füße als eine stabile Grundlage (...). Und hier wird die Ausrichtung des Schützens zum Ziel festgelegt. Der Abstand der Füße entspricht der halben Körperlänge. Die Füße sind fächerförmig nach außen gedreht in einem Winkel von ungefähr 60 bis 80 Grad. Die Fußspitzen sind in gerader Linie zur Mittelachse der Zielscheibe ausgerichtet. Und man steht seitlich zum Ziel (...) **Mit dem Ashibumi nimmt man nicht nur Verbindung mit dem Ziel auf und richtet den Körper aus, sondern man schafft sich auch seinen eigenen Raum. Man braucht diesen Raum für die Konzentration, die man aufbringen muss, und die Aufmerksamkeit für all die körperlichen und geistigen Komponenten, die zu synchronisieren sind im weiteren Schießablauf. Da muss alles draußen bleiben, was das stören könnte.**

Erzähler: Die Kleidung der Schützen besteht aus einer weiten Hose und einem weißem Hemd. Die Schussdistanz beträgt genau 28 Meter, zu treffen ist eine Papierzielscheibe von 36 Zentimeter Durchmesser.

O-Ton (57) Körner: Wir stehen eigentlich für den Betrachter ungerührt da, schießen unsere Pfeile aus der Ruhe heraus und gehen dann 28 Meter, um unsere Pfeile wieder aus dem Ziel – die hoffentlich ins Ziel gefunden haben – herauszuholen. Es ist eine körperliche und eine mentale Herausforderung (...) Man muss es ja klar sehen, dass Kyudo aus der Kriegskunst kommt. Und das sind noch so einige Relikte. Auch die 28 Meter Distanz entsprechen eigentlich der früheren Schlachtaufstellung, mit den Speerleuten und mit den Bogenschützen. Das ist alles noch sehr traditionell.

Erzähler: Der Bogen ist asymmetrisch konstruiert. Zwei Drittel befinden sich oberhalb des Griffs. Er misst über zwei Meter, die Pfeile mehr als einen Meter lang. Vollkommen anders als im europäischen Bogensport ist der Ablauf des Schießens. In fast schon zeitlupenartiger Geschwindigkeit

wird der Bogen über dem Kopf aufgespannt und dann langsam heruntergezogen.

O-Ton (58) Körner: Darin unterscheidet sich der Kyudo-Bogen auch von anderen Bögen. Deswegen brauche ich die große Auszugslänge. Wenn ich natürlich nur bis zum Kinn ziehe, wie die westlichen Bogenschützen, dann brauche ich kürzere Pfeile. Man hat herausgefunden bzw. es kommt auch aus der Schießkunst der Samurai, sie haben herausgefunden, wenn man von oben nach unten etwas aufzieht, braucht man weniger Kraft. Also sind da auch wieder die Kriegskünste anwesend bei dem heutigen Ausüben des Kyudo.

Erzähler: Die Zughand, die Sehne und Pfeil hält, befindet sich hinter dem Kopf. Während im Bogensport die Sehnen mit drei Fingern gezogen wird, ist es beim Kyudo nur der Daumen, der durch einen Handschuh geschützt ist.

O-Ton (59) Körner: Der Schieß-Handschuh hat einen harten Daumen. Und dieser Daumen besteht aus einer Hülse aus Holz oder aus Horn oder aus Kunststoff. Und in diesen harten Daumen ist eine Grube eingelassen. Und in diese Grube wird die Sehne eingehängt. Und der Handschuh besteht aus Rehleder und ist eben eine Spezialanfertigung.

Erzählerin: Für Ungeübte ist das Schießen mit einem Kyudo-Bogen extrem anstrengend. Es geht dabei weniger um Kraft. Die Bewegungen können ohne entsprechende Atemtechnik nicht ausgeführt werden, Kyudoka sprechen hier vom „geistigen Spannen“.

O-Ton (60) Körner: Das ist ein ganz langer Prozess und ein sehr mühsamer Prozess. Dann geht es um die Aneignung der Bewegungsform. Und durch diesen langjährigen oder vieljährigen Prozess findet eine Entwicklung – wenn es gut geht – von Bewusstsein und geistiger Verfassung statt, die sich dann im Verhalten, in der Geisteshaltung, aber eben auch im Schießen selber ausdrücken muss.

Erzählerin: Ehrgeiz ist dabei eher hinderlich. So brauchte auch Eugen Herrigel mehrere Monate, bis er im wahrsten Sinne des Wortes den Bogen raus hatte:

Zitator: Bei einer Unterredung fragte ich, warum der Meister so lange zusah, wie vergeblich ich mich abmühte, den Bogen „geistig“ zu spannen; weshalb er also nicht von Anfang an auf die rechte Atmung drang. „Ein großer Meister“, erwiderte er, „muss zugleich ein großer Lehrer sein. Hätte er den Unterricht mit Atemübungen begonnen, so hätte er Sie nie davon zu überzeugen vermocht, dass Sie ihnen Entscheidendes verdanken. Sie mussten erst mit Ihren eigenen Versuchen Schiffbruch erleiden.“

O-Ton (61) Körner: Der Weg des Bogens ist ja heute eher ein Erkenntnisprozess, durch das Erlernen der Bogentechnik, der Bewegungsform und des Verhaltens und der Geisteshaltung – also das Einhalten der Dojo-Etikette – eine Erkenntnis über sich zu finden. **Und das ist gar nicht so eine exotische Sache, denn wir finden das auch in unserem eigenen Kulturkreis. Und vielleicht kann man eine Entsprechung in der Aufforderung an Apollon im Tempel in Delphi sehen – dieses „erkenne dich selbst“. Das zeigt auch hier ein Anliegen, was die Menschen seit alters her beschäftigt, einen tieferen Zugang zum eigenen Sein zu finden (...) zu den Dingen zu finden, die sich nicht im Äußeren unmittelbar zeigen.**

Erzählerin: In unserer erfolgsorientierten Leistungsgesellschaft erscheint die Philosophie des Kyudo zunächst wie ein Fremdkörper aus einem anderen Kulturkreis. Das Ziel zu treffen, ist nicht so wichtig wie die Technik, wie der Weg, den der Kyudoka zu seiner seelischen Harmonie geht.

O-Ton (62) Körner: Die Werte der Budo-Künste sind eher langfristig und bringen keine kurzfristigen Erfolge, weil, es bedarf eines vieljährigen Aneignungsprozesses, der eben nicht schnell zu haben ist. Insofern steht Kyudo in einem fundamentalen Kontrast zu dem, was im Mainstream heute als out-come von einer Sache angesehen wird. Kyudo führt den Menschen ins Gewahrsein des Gegenwärtigen, das eigene Handeln bewusst im Augenblick des Tuns zu vollziehen. Also Klarheit und Bewusstheit über sich selbst und die Motive des Handelns und Strebens zu erlangen. In der heutigen Zeit geht es den meisten Menschen um andere Ziele im Leben als um die Persönlichkeitsentwicklung durch ein körperliches und geistiges Exerzitium mit Hilfe von Bogen und Pfeil – und das auch noch mit einem mehr oder weniger ungewissen Ausgang.

Erzählerin: Der Kyudoka schießt nicht – „es“ schießt. Kyudo-Meister nennen das „Wu-wei“, die absichtslose Absicht. Und sie fahren der Eitelkeit ihrer Schüler ständig in die Parade. Als Eugen Herrigel glaubt, von seinem Meister gelobt worden zu sein, verpasst der ihm sofort einen Dämpfer:

Zitator: Was ich gesagt habe, war kein Lob, nur eine Feststellung, die Sie nicht berühren darf. Ich habe mich auch nicht vor Ihnen verbeugt, denn Sie sind ganz unschuldig an diesem Schuss. Sie verweilten diesmal völlig selbstvergessen in höchster Spannung. Da fiel der Schuss von Ihnen ab wie eine reife Frucht. Nun üben Sie weiter wie wenn nichts geschehen wäre!

Musik: David Sylvian „The healing place“

O-Ton (63) Körner: Was ganz entscheidend ist, ist, das Danach. Also, ein Innehalten und Nachklingenlassen und alle körperlichen und mentalen Kräfte, die gewirkt haben, noch einmal zu erfahren. War der Schuss gut? Wie hat sich der Pfeil gefühlt als er geflogen ist? Oder, wie habe ich mich dabei gefühlt? Habe ich gemerkt, dass irgendetwas klemmt, dass ich etwas wollte? Oder dass mir einfach etwas aus einer Ruhe heraus gelang? (...) Wir sind immer mit der ganzen Aufmerksamkeit dort, wo wir gerade handeln.

Erzählerin: Im Unterschied zu den anderen Kampfkünsten existiert im Kyudo kein Rangsystem, bei dem man an der Farbe des Gürtels ablesen könnte, wie weit der Kyudoka es in seiner Kunst gebracht hat.

O-Ton (64) Körner: Es gibt keine Gurte und es gibt keine Abzeichen, die darauf hindeuten, welchen Rang und welchen Grad der Schütze hat. Idealerweise sieht man es durch hervorragendes Verhalten und gutes Schießen, dass er ein hervorragender und schon lang geübter Schütze ist.

Erzähler: Traditionell wird der Kyudo-Bogen aus Bambus gefertigt. In den letzten Jahren sind jedoch neue Materialien wie Glasfaser oder Kunststoffe hinzugekommen. Sie sind hochwertiger, aber auch teurer.

Atmo Werkstattgeräusche

O-Ton (65) Klein (erst hoch dann unter Text): Den Stift etwas steiler ansetzen bitte – Ach so – Jetzt sauber sägen etc....

Erzählerin: Es ist der zweite Tag in Matthias Kleins Bogenbau-Werkstatt. Langsam nimmt das Werk von Silke und Reiner Gestalt an. Die einzelnen Holz- und Kunststofflamellen des Bogens sind am vorigen Tag in mühevoller Arbeit gesägt und geschliffen worden.

O-Ton (66) Klein: Unser heutiger Tag sieht jetzt so aus, dass wir diese Teile aneinander anpassen, in die Form einlegen, das Griffstück auch passgenau dann sägen und schleifen und letztendlich dann den Tag abschließen mit Verkleben. Das lassen wir dann über Nacht trocknen bei einer recht milden Temperatur, also ich hab eine Wärmebox um den Abbindevorgang zu begünstigen von diesem Zweikomponentenkleber, das bleibt dann über Nacht eingespannt.

Atmo Werkstatt mit O-Tönen zum Arbeitsablauf

O-Ton (67) Klein: Nächster Schritt ist jetzt die Griffkontur, ans Griffstück anzeichnen, aussägen, da gehen wir schon ziemlich nah an die Linie, so dass wir dann mit wenig Schleifen die Form perfekt hier reinkriegen. Da hab ich Schablonen. – Also die Form gibt es als Schablone? – Ja, genau, da ist mit eingerechnet, dass diese Lamellen sich von der Mitte ausgehend verjüngen.

Atmo: Säge- und Schleifgeräusche

O-Ton (68) Klein: Holz hat eine gewisse Elastizität. Die Kunst beim Bogenbauen ist jetzt eben, dem Stück Holz dann wirklich beizubringen, auf welche Art es sich zu biegen hat, und dass es diese Biegung wünschenswerterweise mehrmals vollziehen kann. Und wir erreichen das dadurch, dass – jetzt spreche ich auch mal technisch – die Wurfarme in verschiedenen Richtungen verjüngt werden, sodass die Belastung im

Wurfarm an jeder Stelle nahezu gleich ist. Beim reinen Holzbogen ist das ein extrem wichtiger Aspekt, auch gerade was die Dauerhaftigkeit des Bogens dann betrifft.

Erzähler: Doch der Bogen allein macht nicht die Wirkung des Schießens aus. Denn zu jedem Bogen braucht man den entsprechenden Pfeil. Ist die Wucht des Schießgeräts zu stark und das Projektil zu leicht, ist genaues Treffen fast unmöglich. Der Pfeil fliegt dann zwar weit, aber ungenau. Ist er zu schwer, geschieht der umgekehrte Effekt, der Pfeil kommt zu schwach am Ziel an. Verantwortlich dafür ist ein ballistisches Phänomen, die sogenannte Biegesteifigkeit, auf Englisch „spine“. Denn aufgrund seiner Länge saust ein abgeschossener Pfeil niemals gerade durch die Luft. Er bewegt sich wie ein sich windender Aal, der mit hoher Geschwindigkeit durch das Wasser schießt. **Deshalb, so der Bogensport-Händler Henry Brüning, sollten Anfänger sich ausführlich beraten lassen, bevor sie sich Pfeile und Bogen zulegen.**

O-Ton (69) Brüning: Das ist eine relativ komplexe Geschichte. Also die Pfeile werden über einen Spine-Wert bestimmt, das ist im Prinzip eine Durchbiegehärtigkeit. Es ist nicht so, dass der Pfeil, wie man sich das landläufig vorstellt, einfach gerade aus dem Bogen heraus kommt, sondern er hat eine starke Biegung bei der Beschleunigung, die er fährt, und diese Biegeenergie, die wird eben im Prinzip bestimmt über die Kraft, die hinten auf den Pfeil einwirkt. Und das muss dann dementsprechend wiederum zum Bogen und zum Schützen passen. Also relativ komplexes Thema.

Atmo: Abschuss- und Einschlagsgeräusche von Pfeilen

Erzählerin: Nach mehreren Arbeitsgängen, die sich über zwei Tage erstrecken, sind Silkes und Reiners Bögen fertig und werden von ihnen auf der großen Wiese vor der Werkstatt eingeschossen.

O-Ton (70) Klein: Die einzelnen Schritte bauen aufeinander auf. Es ist gar nicht so schwer, wenn die Hingabe da ist und eine gewisse Wachheit. Und das erlebe ich äußerst positiv in den Workshops. Ja? Also, die Leute sind dann auch bereit, genau zu gucken und genau zu arbeiten und das ist im Grunde die Voraussetzung, die wir brauchen. Ja? Ich brauche keine Top-Handwerker und keine jahrelang erfahrenen, möglicherweise schon im Bogenbau tätigen Menschen, sondern jemand, der bereit ist, sich darauf einzulassen. Ja? Die Leute kommen aus ganz unterschiedlichen Hintergründen.

Erzählerin: Bogenbauer Matthias Klein ist Anhänger des intuitiven Bogenschießens. Das bedeutet: Schießen ohne jede Art von Zielhilfe. Erhard Goebel trainiert seit Mitte der neunziger Jahre Studenten an der Berliner Technischen Universität in eben diesem intuitivem Bogenschießen.

O-Ton (71) Goebel: Der intuitive Bogenschütze beginnt von Anfang an, seinen Pfeil gedanklich zu lenken, über seine Haltung, über seine Abschätzung der Umgebung, der Entfernung, der anderen Einflüsse, Licht und Schatten.

Erzählerin: Damit ist das intuitive Bogenschießen dem Kyudo sehr verwandt. Denn auch dort werden keine Zieleinrichtungen oder Stabilisatoren verwendet. Der Schütze lernt durch jahrelange Übung seine Konzentration zu verbessern, mit Pfeil und Bogen eins zu werden und das Geschoss ohne bewusste Willensanstrengung ins Ziel zu bringen. Und

ähnlich wie im Kyudo nutzen Menschen diese Art des Schießens in erster Linie zum Stressabbau, als Konzentrationsübung und zum Erreichen einer inneren Ruhe.

O-Ton (72) Goebel: Es ist nicht gut, wenn ich die Luft anhalte, dann den Bogen ausziehe und mich konzentriere und halte und dabei nicht atme. Ja, dann komme ich irgendwann, wir Übungsleiter nennen das ‚ins Flimmern‘. Ja, dann stehe ich unter Atemdruck, dann ... gibt es Krämpfe, die meine kontrollierte Konzentration stören. Also man muss das einmal Gelernte konsequent anwenden bei der Ausübung des Sportes, und dazu gehört auch, dass man seinen eigenen Atemrhythmus hat, ja?

Atmo Workshop mit O-Ton (73) Christensen (erst hoch, dann unter Text): Am Anfang bitte ich euch noch mal kurz von oben nach oben durchzuscannen, euren Körper abzuscanen, dass wir gleich einen festen, stolzen Stand kriegen, wie er uns beim Bogenschießen so hilfreich ist, ja? Also schaut an euren Füßen runter und spürt mal, ob ihr beide Beine tatsächlich hüftbreit habt. Ihr könnt, wenn ihr möchtet, noch mal mit dem Rumpf hin und her schwenken, um euren Körperschwerpunkt auszurichten, dass euer Körperschwerpunkt wirklich genau zwischen euren Füßen ist. Und wenn ihr dann euren festen Stand gefunden habt, dann schlagt ihr Wurzeln.

Erzählerin: In der ehemaligen Scheune eines Bauernhofs im Kölner Westen ist es Mitte Dezember bitterkalt. Die Heizung surrt, während Lars Christensen die rund ein Dutzend Teilnehmer seines Workshops im intuitiven Bogenschießen begrüßt und mit ihnen die ersten Aufwärmübungen macht. Die Teilnehmenden sind meist Freiberufler, auffallend ist der hohe Anteil von Frauen mittleren Alters.

O-Ton (74) Lars: Dann versucht ihr mal mit den Augen einen Punkt zu finden, der vor euch liegt und nicht seitlich, weil wenn die Menschen in eine bestimmte Richtung gucken, dann sind die Gedanken auch oftmals damit verbunden. Und wenn ihr schon die ganze Zeit mit den Gedanken beim Ziel seid, dann kann das nicht hilfreich sein, als wenn ihr erst mal nur fest steht.

Erzählerin: Das intuitive Bogenschießen geht davon aus, dass wir im Laufe unseres Lebens eine große Anzahl körperlicher und mentaler Barrieren aufgebaut haben. Sie stehen uns bei unserem Alltagsleben im Weg. Intuitives Bogenschießen, meint Trainer Erhard Goebel sei da ein gutes Gegenmittel.

O-Ton (75) Goebel: Ein Mittel für alle, die hyperaktiv sind zum Beispiel, deswegen Jugendliche und Bogenschießen halte ich für eine wunderbare Sache, ja, überaktive Menschen oder wie soll ich sagen, Konzentrationsschwächen kann man sehr gut damit bearbeiten, Überforderungen. Ich will gar nicht soweit gehen bis zum Bournout, aber Überforderung, tägliche Überforderung oder soziale Drucksituationen kann man wunderbar mit dem Ausüben des Bogenschießens bearbeiten. Wunderbar. Ich habe das mit Problemschülern gemacht. Ich habe das mit älteren Menschen gemacht, die glaubten, nach ihrer Herzerkrankung würden sie nie wieder froh werden.

Atmo Workshop

O-Ton (76) Goebel: Es ist das Wechselspiel zwischen Konzentration und Entspannung, ja, und das in einem Rhythmus, den wir selbst vorgeben. Das ist schon mal sehr schön. Und der auch unsere Beweglichkeit erhält, fördert. Wir entdecken auf einmal wieder Muskelpartien und Möglichkeiten

in unserem Körper und in den Gliedmaßen, die sonst fast verloren gegangen wären, ja? Dazu eine organisierte Atemtechnik und sonst einiges.

Erzählerin: Wir konzentrieren uns zwar auf unsere Jobs, den Straßenverkehr oder die täglichen Handlungsabläufe, verlieren dabei aber uns selbst aus dem Blick.

O-Ton (77) Lars: Wie zielen wir beim intuitiven Bogenschießen? Es ist ja so, wir haben keine Zielvorrichtungen als Hilfe, sondern wir haben das Visuelle und unser Körpergefühl, ja? Darauf stützen wir uns. Und ganz grundsätzlich könnt ihr sagen, wenn das System stimmt, dreht es sich darum, möglichst viele passende Übungsschüsse für uns zu machen. Das heißt, wir speichern eigentlich Muster ab. Wir speichern Bewegungsmuster ab.

Erzählerin: Die Achtsamkeit, so die Intuitiven, richtet sich nurmehr auf äußere Ereignisse, was in und mit uns los ist, kriegen wir erst dann mit, wenn unser Körper Alarm schlägt. Beispielsweise durch einen Bandscheibenvorfall oder ein massives Überforderungssyndrom. Wer allerdings meint, dass der Umgang mit Pfeil und Bogen ohne weiteres möglich ist, sollte vorsichtig sein, findet Peter Lange, der Trainer der Feldbogenschützen.

O-Ton (78) Lange: Beim Bogenschießen ist es so, dass dadurch, dass ich es richtig mache, ich meinen ganzen Körper, den Rumpf, entsprechend trainiere und auch schule. Und deswegen ist es auch wichtig, dass man es richtig lernt. Man kann sich auch was kaputt machen, wenn man es völlig falsch macht.

Erzählerin: Für die intuitiven Schützen ist das Bogenschießen lediglich ein Vehikel, um sich selbst besser kennen zu lernen, sich darüber Auskunft zu geben, wie es mit dem Nervenkostüm bestellt ist. Für Gabriele Fischer, Teilnehmerin des Workshops, eine wichtige Information:

O-Ton (79) Fischer: Ich merke halt auch immer in dem Moment, wo ich dann schneller werde oder zu viel Ehrgeiz entwickle, dann komme ich aus dem Rhythmus, dann klappt es nicht mehr. Es klappt am besten wirklich dann, wenn man entspannt ist. Aber ohne ein bisschen Ehrgeiz würde ich es nicht machen wollen. Aber ich muss auch ganz klar sagen, dass irgendwelche Wettbewerbe und Turniere mich überhaupt nicht interessieren, weil ich im Beruf und im Alltag genug Stress und Wettbewerb und so was habe, das brauch ich wirklich dann nicht auch noch hier.

Erzählerin: Während des Schießens herrscht absolute Ruhe. Jeder Teilnehmer konzentriert sich auf lediglich drei Schüsse, die er auf eine Fläche ohne Zielscheibe abfeuert. Wo er mit dem Pfeil hinwill, bestimmt er selbst. Die Entfernung beträgt zwölf Meter.

O-Ton (80) Lars: Ich möchte euer Augenmerk noch mal auf den Anker legen. Der Anker ist die Stelle, an der die Hand am Gesicht ruht, bevor wir lösen. (...) sehr hilfreich, den Pfeil immer genau gleich weit ausziehen, weil wenn ich die Hand im Gesicht habe, habe ich da eine Kontrolle drüber, ja? Weil dann verlässt der Pfeil immer mit der gleichen Energie den Bogen und geht tendenziell auch auf die gleiche Höhe vorne. Außerdem kann ich Links-/Rechts-Fehler relativ gut ausschließen, weil, ich habe ja eine feste Stelle hier.

Erzählerin: Nach jeder Sequenz kommt eine kurze Erläuterung durch Lars Christensen. Dabei steht an erster Stelle die Vermeidung jeder Art von Ehrgeiz.

O-Ton (81) Lars: Die Augen ruhen auf dem Ziel. Und dann merkst du dir nach jedem Treffer, wo du hin willst. Also bitte nicht merken: Scheiße, oben rechts. Was merkt man sich? Oben rechts, und das Scheiße noch dazu, gibt noch ein schlechtes Gefühl. Also gleich wieder dahin orientieren, wo du hin willst. Gleich nach dem Schuss links tief, links tief, links tief will ich. Links tief. Und beim nächsten dann links tiefer gehen. Und wenn du merkst, deine Pfeile kleben unten und kommen nicht runter, dann machst du eine Überkorrektur nach links unten. Dann schießt du mal links unten ins Eck rein. Aber du musst dahin auch schießen wollen. Guckst mit beiden Augen hin und versucht mal, diesen Punkt da unten zu treffen.

Erzählerin: In Eugen Herrigels Erfahrungsbericht „Zen in der Kunst des Bogenschießens“ sagt sein Kyudo-Meister:

Zitator: Über schlechte Schüsse sollen Sie sich nicht ärgern, das wissen Sie schon längst. Fügen Sie hinzu, sich über gute Schüsse nicht zu freuen. Von dem Hin und Her zwischen Lust und Unlust müssen Sie sich lösen. Sie müssen lernen, in gelockertem Gleichmut darüber zu stehen, sich also so zu freuen, wie wenn ein anderer und nicht Sie gut geschossen hätte. Auch hierin müssen Sie sich unermüdlich üben – Sie können gar nicht ermessen, wie wichtig das ist.

Musik: David Sylvian „The healing place“

Erzählerin: Bogenschießen, entstanden aus der Jagd und dem Kriegshandwerk, ist eine der wenigen Sportarten, die vom Kindesalter bis weit über die Verrentung ausgeübt werden können. Und Fortschritte stellen sich ziemlich schnell ein, weiß Bogenbauer Matthias Klein:

O-Ton (82) Klein: Das Bogenschießen ist ja eine Sportart, wo der Anfänger mit dem ersten Schuss im Gold landen kann. Und das ist ja bei keiner anderen Sportart möglich. Du springst ja nicht aus Versehen 2,40 m hoch oder so, plötzlich (...) Beim Bogenschießen kann der erste Schuss schon ein perfekter Treffer sein.

Erzählerin: Darüber hinaus ist Bogenschießen eine preiswerte Sportart. Die meisten Vereine und privaten Initiativen stellen für eine gewisse Zeit die Ausrüstung, meint der Bogen-Equipmenthändler Henry Brüning.

O-Ton (83) Brüning: Man kann schon sagen, dass da in den letzten zehn Jahren das stetig eigentlich hochgeht und die Zahlen in den Vereinen gehen auch deutlich nach oben und man muss auch sagen, dass viele Vereine auch mittlerweile an die Kapazitätsgrenzen gekommen sind und nicht mehr wissen, wohin mit den ganzen Schützen. Und es bilden sich auch ständig neue Vereine. Man kann schon sagen, das ist ein Boom, ja.

Erzählerin: Man sollte es nur langsam angehen lassen und nicht gleich zu Beginn eine Ausrüstung für mehrere Tausend Euro haben wollen, mit der man sowieso nicht umgehen kann. **Manfred Woppmann, Trainer an der Berliner Freien Universität, erzählt zu Beginn seiner Kurse den Teilnehmern:**

O-Ton (84) Wopmann: Wenn ihr heute zum Beispiel mit einem Golf hierher fahrt und fahrt mit einem Mercedes 600 nach Hause, dann merkt ihr sofort den Unterschied. Wenn ihr aber einen Bogen jetzt für 2.000 Euro in die Hand bekommt, einen Wett-, einen richtig guten Wettkampfbogen, da schießt ihr nicht einen Ring mehr mit, sondern eher noch einen Ring weniger, weil der Bogen vom Eigengewicht her schon mal viel zu schwer ist und ihr mit dem ganzen technischen Kram da dran, Klicker, breiter Button und so weiter gar nicht umgehen könnt. Ich sage, man muss erst mal die Schießtechnik haben. Die Schießtechnik ist das A und O. Das kann man mit Geld aber nicht kaufen.

Erzählerin: Wenn schon eine Waffe als Sportgerät, warum dann nicht gleich Pistole oder Gewehr? Für den Bogenbauer Matthias Klein ist die Antwort klar:

O-Ton (85) Klein: Für mich ist spannend, einerseits diese Fernwirkung. Ja? Also das Projektilhafte des Pfeils, den ich mit Körperkraft auf die Reise schicken kann. Ja? Und was für mich dann eben so gut sichtbar ist, ist, dass dieser Schuss umso besser gelingt und befriedigt, je mehr im Reinen und je unverstellter ich mich mit meinem Körper im Einklang befinde (...) Ich habe bisher noch niemanden erlebt, der das zur Befriedigung von Blutdurst oder irgendwelchen Tötungsgelüsten jetzt betreiben würde. *Wir holen das so von irgendwo her, und ich glaube, dass Jagdliche daran holen wir auch von irgendwo her. Ja? Wir sind nun ja auch aufgeklärte Menschen und können gleichzeitig das abstrahieren und das auch bei uns lassen.*

Musik: Ted Nugent

Erzählerin: Man muss nicht unbedingt spirituell interessiert sein, um im Bogenschießen Dinge zu entdecken, die offenbar tief in uns verwurzelt sind. Warum sonst hält sich die kindliche Begeisterung für Figuren wie Robin Hood oder die Indianer aus den „Lederstrumpf“- Büchern bis ins Erwachsenenalter? Wie wäre es anders zu erklären, dass das Bauen eines Bogens bis heute eine faszinierende Angelegenheit ist? So auch für Silke und Reiner Kückler, deren Bögen nach drei Tagen Arbeit endlich fertig sind. Ihr Lehrer Matthias Klein ist jedenfalls mit dem Ergebnis zufrieden.

O-Ton (86) Klein: Das sind zwei verschiedene Holzarten und dazwischen ein Zierstreifen. Die Holzarten sind Räuchereiche und Schedua (...) Ich find das schön, passt auch schön zusammen, bisschen dunkler, bisschen heller (...) Wobei ich hier nochmal kucken mag, ob wir hier nicht etwas zu füllig werdenmöglicherweise kippen wir das noch ein bisschen nach unten.

Erzählerin: Am Ende des dreitägigen Bogenbau-Workshops erzählt Reiner Kückler, dass er zwischendurch nicht so ganz sicher war, ob seine Fähigkeiten ausreichen würden, in Eigenregie einen Bogen zu bauen. Um dann festzustellen, dass die Konstruktion eines Bogens so ähnlich ist wie das Schießen selber:

O-Ton (87) Reiner: Das war dann für mich der Punkt, wo ich gesagt, entweder du machst es jetzt richtig oder du hörst auf (...) Wenn man Herausforderungen liebt, dann macht man das. Ja, das war gut (...) Das braucht Zeit, das geht nicht alles auf einmal. Das ist, was die Meisten eigentlich gar nicht wissen, die können sich das gar nicht vorstellen, was dahinter steckt.

**Absage: Bogen. Sehne. Pfeil. Vom Anspannen und Loslassen.
Von Michael Reitz**

Es sprachen....

Ton und Technik:

Regie: Uta Reitz

Redaktion: Klaus Pilger

Produktion: Deutschlandfunk 2018