

Sven Roland Hooge

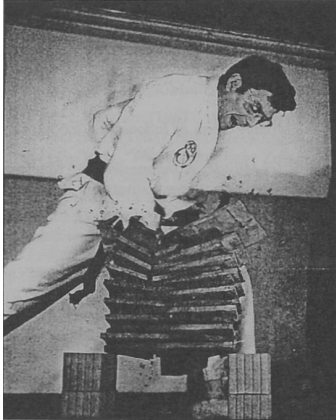
Theorie des Rhythmus im Kampfsport

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu, kultura, zdrowie, edukacja] 4, 286-292

2004

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



Dr dr Sven R. Hooge jest autorem oryginalnej teorii rytmu, którą odnosi między innymi do sztuk walki. Bazuje przy tym na interdyscyplinarnej perspektywie nauk o człowieku i kulturze.

S. R. Hooge

SVEN ROLAND HOOGE

Sportinstitut, Technische Universität in München (Niemcy / Germany)

Theorie des Rhythmus im Kampfsport

Schlüsselwörter: Bewegung, Rhythmus, Meditation, Stillstand, inner Kampf, Rhythmus des Kampfes

1. Zum Rhythmus der Meditation

Eine derart provokante Überschrift fordert zwangsläufig die ethymologische Radizierung des Reizwortes: So findet man den Begriff „Stagnation“ (von lat. „stagna“, Sumpf aber auch Teich) als Syn. für behindertes Abfließen o. ä.

Zum anderen kommt „stagnō“ („überschwemmen und befestigen“) vom gleichen Wortstamm aber bildhaft... aus der anderen Richtung.

Worum geht es? Nehmen wir ein Bild als Beispiel:

Ein Budo-Meister sitzt im „Zazen“, bewegungslos, offensichtlich meditierend. Tatsächlich übt er sich im kombinierten Schwertkampf inmitten von Gegnern, die ihn ständig attackieren.

Was geschieht? Der Abendländer hat mit Menschen der ges. Welt das „Mitfiebern“ bei einer Kampfszene resp. irgendeiner realen Dramatik gemeinsam (am eindrücklichsten erlebt man solcherlei bei Kindern, wenn der Kasperl die Gefahr hinter seinem Rücken einfach nicht bemerkt...).

Da wird gestikuliert, dem Nachbarn auf die Schenkel gedroschen oder seiner Frau der Hut eingedrückt, gestikuliert, die restlichen Zähne gefletscht und mit 3–4 Fäusten geschüttelt. Die erlebte (Kampf-) Hand-lung wird transformiert, durch symb.-(reale) Kraftaktionen ersetzt.

Der Meister des Do aber führt eine innere situative Bilderfolge zur geübten Imaginationsfähigkeit. Die uns bekannte „Indikationsschwelle“ wird nach geraumer Zeit überschritten und die innere Vorstellung produziert Bilder von sich in aggressiver Absicht nähernden Figuren.

Tausendfach geübte Abwehr- und Kontertechniken, fern jeder autosuggestiven Antizipation scheinen sich reaktiv programmiert zu selbständigen Kampffaktionen zu verbinden.

Der Meister sieht reale Bilder und „denkt-nach“ der jeweiligen Kontertechnik. Die reproduktiv-aktive Kraft solcher Imagination ist so stark, dass es ohne Zweifel gelingt, in dieser Form „Seppukku“ (Suizid) zu begehen.

Der Meister kämpft ohne nach außen hin sichtbare Bewegung des Körpers und je entspannter dieser im „Wu-Wei“ befindlich ist („nicht tun“, nur im Sinne von „nicht agieren“ – im Grunde das Gegenteil) um so mehr Teilenergetik (hic, mentale Eh.) fließt ins „Chi“, jener inneren Kraftwoqe, die dem o. gen. „stagno“ entspricht. Sie verifiziert sich in der außenagilen Situation z. B. im „Kyai“ bei wirklichen Meistern. Nur im Blick, im Stand (im Stande sein!) oder „einfach“ nur in seiner physischen Präsenz, ist sie bereits verfügbar.

(Denken wir an Daniel in der Löwengrube u. a. m.)

Alle mentalen Ressourcen des Kampfes sind in praktizierender Aktion gebündelt.

Der Körper ist das Tor nach außen. Das aber ist verschließbar (verglb. dem „Prolog“ d. Schamanenzeltes, durch den alle magischen Gegenstände entfliegen, wenn er zur Unzeit nicht verschlossen wurde).

„Den Geist des Gegners töten“ durch „Chi“, jene innere Kraft, die sich in der Pseudoimagination stärkt und ausformt [Hooge 2000] ist gemeint.

Auch die Befehlsübermittlungen, ja selbst spürbar abgebaute Viscosität ist dieser Präparationsform zugänglich.

Alle probaten Zeitprogramme, die (s. o) nur einen Hauch zwischen Tun und Denken ausmachen, werden auf diese Weise zum Fluidalsystem, das sich ohne Maß und Gewicht Zugang in andere Ebenen verschafft, wo es dem Rhythmus begegnet, denn der imaginären Aktion fließen alle mentalen Bedingungen zu (s. o.). Un altro esempio:

Wer sich einbildet, eine chinesische Artistin, die auf beweglicher Scheibe in geradezu ornamentaler Wechselbiegung des Körpers von höchstem Dehnungsquotienten mit mehreren Gläseretagen belastet, diese, z. T. außerhalb ihres Gesichtsfeldes, anfangs gegenläufig rotieren läßt, während die Blitzlichter flackern, wenn ihre Bewegungen dann in höchster Balancefigur enden, sich nicht in größtmöglicher endogener Koordinations-Equilibristik geriert, der ist von inneren Vorgängen ausgeschlossen.

In ständiger Repetition werden, obwohl oder gerade weil der Körper in „Ruhe“ verharren muss, alle Schaltzentralen und Dependancen aktiviert, um den Zustand „Null“ zu halten!

(Dies erinnert an die Aufgabe des leitenden Ingenieurs gen. „L-I“ auf einem U-Boot, der, um ein solches knapp unter der Oberfläche... auch kampfbereit zu halten, ein Meister der „Trimnung“ sein muss, d. h. die Koordination von Strömung, Auftrieb, evt. Fahrt, ständige Gewichtsveränderung durch Energieverbrauch usw. in ein hermetisches System einfließen lassen, können muss).

Mein verehrter Lehrer Mas. Oyama (Begründer von „Kyukushinkai“) sagte es so: „Wer seine Kämpfe vor dem inneren Auge nicht besteht, der sollte sich auf der Straße von Schatten zu Schatten bewegen“, Almelo, 1970 (Trainingslager der Meisteranwärter).

Der Teich – in den ein Stein fällt – symbol. dort das Energiezentrum... ist selbst ohne Bewegung.

1.1 Zur Meditation

(Der Rückweg ist das Ziel)

Eines Tages fragte ich den Meister Hisatake sensei (Lohan) welcher Form der Unterweisung es bedürfe, um das Meditieren zu lernen. Er entgegnete: „Wache auf... und lache über mich... und schau dem Vogel zu, ...wenn Du den Bogenton immer hörst“.

Dieser scheinbar surreale Satz erschließt sich im Verlauf der gesamten Lektüre. Natürlich gibt es eine Reihe von Zen-„Schulen“ (Richtgn.) und ungezählte Meditationsansätze weltweit, aber Hisatake hatte das Zentrum gemeint, während „es“ durch ihn (Fluidalsystem) formulierte.

Der ins Wasser des Teichs fallende Stein gleicht dem „Shojo-Zen“ (die Tore nach außen schließen). Die sich ausbreitenden Wellen [Hooge 2000, Kap. 1.5] sind dem „Chi“ vergleichbar, das (W.-Berg/Tal) nach beiden Richtungen emaniert [Hooge 2000, Kap. 1.1].

Die chin. Equilibristin erreicht höchste Konzentration in der Phase größter Ruhe. Jenem eingefrorenen Einer-Rhythmus gleicht dieses Innehalten, obwohl mental alles in äußerster Bewegung befindlich ist....

Der Diskuswerfer von Myron eine Darstellung einer Indikationsschwelle (zw. zwei A-zykl. Bewegungen) gleicht dem „Mi“ im japanischen „No“-Theater: Auf dem Höhepunkt einer dramatischen Szene steht das Schwert, hoch über den Kopf, um es auf den Feind niedersausen zu lassen. Doch mitten in dieser Aktion hält es inne. „Mi“, die Weltsekunde zwischen Leben und Tod. Der Rhythmus des Schlagens wird zum Rh. der Stagnation. Der Tonus endogener Dynamik steigt ins Unerträgliche. – Da fällt der Vorhang.

(Der Rhythmus eines Meta-Zyklus hat sich währenddessen auf die Rezipienten übertragen, gleich dem Bogenton, s. o.).

(Vgl. „Kodo“). Das Schlagen der großen Trommeln im choreographischen Rhythmus kennt den „letzten Schlag“ rechts zum Trommelfell, während die linke in die Luft „schlägt“ und dann innehält, (während der Rhythmus emaniert ins Publikum und zurück zum Kodo-Trommler).

1.2 Der Rhythmus des Geistes

„**Neue Räume durchschreiten“ (Goethe)**

„**Je mehr die kritische Vernunft verwaltet,
desto ärmer wird das Leben“ (C. G. Jung)**

Rhythmus und Takt, Leben und Geist, Physik und Metaphysik, lebendiger (virtueller) Geist und geistiges Leben, Musik und Bewegung, bewegte Musik sind hier wesentliche Begriffspaare.

Schon der große Pessimist Schopenhauer sah in Physik und Metaphysik zwei Bergstollen, mühevoll vorangetrieben, aufeinander zuarbeiten. „Lange im unterirdischen Dunkel auf Kompass und Libelle allein vertrauend (...) endlich die langersehnte Freude erleben, die gegenseitigen Hammerschläge zu vernehmen“, denn die Forscher erkennen endlich das „Zusammenstossen von Himmel und Erde (ersp. die Versöhnung beider Wissenschaften im wechselnden Rhythmus von Geben und Nehmen)“ [Hooge 2000]. Gesch. d. dt. Rh.-Beweg., *Die Münchner Rebellen*. „Nur wer sich wandelt, bleibt mir verwandt“ (Platon).

1.3 Meditation und Bewegung

Buddhistische Mönche in Thailand leben noch eine sehr ursprüngliche Form dieses Glaubens.

(Ein Beitrag zum rhythmischen Koordinatenemanat des vorher beschriebenen) (realiter, mystico). „Indem ich dahinschlupfe, bin ich angehalten zu betteln“, sagt ein Mönch.

Den Körper in allen Empfindungen genau zu beobachten führte letztlich zu einer Meditationsform, die es in ähnlicher Form auch anderswo gab und gibt... (vgl. das Circumcellionische, das „Ambulatorium“ betr. etc.).

Die Mönche meditieren z. B. im Gehen, aber dieses Gehen ist selbst hinter ein betont langsames Schreiten zurückgenommen.

Das langsame Strecken des vortastenden Fußes (nachdem das Gewicht auf das Standbein verlagert ist) wirkt auf besondere Weise verhalten, als eine Form der Introversion, die dem nichträumlichen, unkörperlichen Prinzip einer Entelechie verschrieben zu sein scheint. Man könnte von einem buddhistischen Paradoxon sprechen.

Über dieses bewusste Setzen des Fußes von Ferse und Ballen als fließrhythmische Bewegung ohne Fermate führt der Weg schließlich zur „Debutah“-Übung (Reinigung von Körper und Geist, strenge Meditation und genaue Beobachtung der Physis). Diese gebundene Schrittarart trüge die Tempobezeichnung: „Lentamente“ [Hooge 2000, vgl. Kap. 4.8.3/5].

Der Bewegungsrhythmus des über dem Boden abgerollten Fußes erklärt sich der Wechsel von der Haftung zum Bewusstsein des Gleitens ohne Kinesthese.

Indem du dich von den Bindungen löst, eröffnet sich dir eine erfrischende „Neue Welt“.

(„Warum sollten wir Kinder unser eigen nennen, wenn wir nicht mal uns selbst gehören?“, aus einer alten Sutra).

2. Klang- und Rhythmuslernen Der Rhythmus im Kampfsport

Die Musik ist im Begriff „Spiel“ involviert, wenn es um ihre Hörbarkeit zu tun ist.

Egon Friedell bezeichnet (als Antagonist des großen Huizinga) das Spiel als eigentliches Medium der Edukation, weil es involviert, animiert, variiert, divergiert und enthusiasmiert [Friedel 1927].

Zur Vorbereitung des menschlichen Stimmpotentials auf die „Kantilene“ arbeitet Monika Fröhlich-Schweiger mit psychologischen und (stimm)psychologischen Mitteln.

Die „7 Tibeter“, jedem Budo-Sportler satzsam bekannt, bilden eine Art Ateminaugurat differenzierten Zuordnens von Atmung und Tonus in alternierenden Körperregionen.

Die Parallelen zum Budo-Sport (hic inaugural) bestehen in div. Lockerungsformen und Grundstellungen (z.B. Kiba-Dachi, s. a. Yoga, Ausrichtung d. Körpers auf diff. Ansprechbarkeit).

Das sog. 'Rhythmuslernen' bezieht sich auf eine „Optimierung der Verkoppelung verschiedener an der Bewegungssteuerung beteiligter Systeme“.

F. S. konstatiert freilich das heterogene Phänomen Rh. als „Gegenstand von Interpretation (Deutung und Forschungsperspektive) – resp. -ansatz und so findet sie das Entrée mittels Bewegungen, die zu Beginn des Lernprozesses über eine bewusste Kontrolle der räumlichen, (zeitl. u. dyn.) Beweg.-Komponenten realisiert werden.

Die daraus resultierende Automatisierung (nicht Stereotypus!) wird in einer tiefen Ebene „abgewickelt“, die den Bereich der „Großhirnrinde entlastet“ und sich anderen mit der Bewegungsführung verbundenen Marginalpostulaten „zuwenden“ kann.

Der im Kap. „Te-Katana-Do“ entsprechenden „psychologische Fermate“ vergleichbar, führt Fröhlich „stark emotional geladene Inhalte“ an, die zu einer eigenständigen, reproduzierenden Wiederholung führen (resp. bes. einprägsam sind, s. a. „affektiver Rhythmus“).

„Positive“ und „negative“ Verstärker (Lob, Stress, Aufmerksamkeit) sind als „emotionale Erregungseinflüsse“ mit Einfluss (über Neurotransmitter) auf den „Proteinsyntheseprozess“ derart erfasst, dass „die Wirkung von Lob und Tadel (...) damit biochemisch“ (resp. bio-rhythmisch) verstanden werden kann.

Hier begegnet uns nichts (physiol.) eigentlich Neues, aber es ergibt sich gerade im Abs. 2 „Tonerzeugung/Klang“, ein unverzichtbares Schlaglicht auf die Entstehung der Vox Humana als Musikform.

Analog zur Maske ergibt sich nun der kinematisch interessante „Konzentrations- oder Stirn-Punkt“.

Aus dieser Sicht wird das „sich fallen lassen“ angestrebt, (Weg vom Wenn-Dann-Denken), ein von jener Überdehnung nach „oben“ und nach „vorwärts“ (dem Beherrschungs-Infusor) gelöstes Exzessives, Triebhaftes.

„Aufgabe ist es, beiden Haltungen“ ihren Part zuzuweisen, um im Rhythmus des „Personare“ (durchtönen) die Entfaltung des schöpferischen Individuums möglich werden zu lassen (fr. Kata).

Rhythmus ist also eine Art Element, das durch viele „tonia und semitonia“ (über Atmung, Tonus und Migration) zum Lernhilfe-Medium „vergestigt“ werden kann, um Lernprozesse „organisch“ zu instrumentalisieren.

2.1 Die Rhythmisierung im Kampfsport (z. Rhythmus-Paket)

Im Verlauf dieses Komposits von Beschreibungen, Reflexionen, Definitionsversuchen, Vergleichen, Berichtigungen, Einsichten und Prognosen gelangt man zur Erkenntnis der Bündelung vieler Conditions im Kampfsport (einer Profession des Verf.).

Es wurde festgestellt, dass rhythmische Farbgebungen, von der Erleichterung des Trainings bis hin zum eigentlichen Kampf, eine vielfältige Indikationsfunktion übernehmen.

So kann man Fußstöße als rein a-zyklische Technik-Stückzahlen anhäufen, bis das Quantum des Tageszieles erreicht ist (1 ner Rh.). Das Überleiten von der Fuß-Technik in einen Wechselschritt, der zudem Medaus Entspannungsprämisse in eine Form der Stetigkeit einfügt ist von ganz anderem Effekt: Nicht 1 und; 1 und sondern 1, 234, 1, 234, zählen, (= der Fuß wird im Kara-Tè nämlich nach der Amplitude zum Ausgangspunkt z. B. Kniebereich zurückgenommen – der permanenten Balance wegen)

oder eben 1 = Technik, z. B. mit d. rechten Fuß (Bein)

2 = Absetzen R.

3 = Aufsetzen L.

4 = Aufsetzen R.

1 = Technik L. usw.

Das „Unisono-Training“ vom Verf. in die Kampfsportschulung eingeführt transponiert die anfangs in hartem, kehligem Japanisch gegebenen Kommandos: „Ichi Ni, San, Chi, Go...“ (Zahlen) zunächst in unterschiedliche Betonungsformen [Hooge 2000, vgl. Kap. Theorie der mod. Rh.-Verständ., Bannm./Röthig]. Wenn sich dann variable Rhythmus-Programme spontan abrufen lassen (vgl. Günther, Rh. Urpotential), wird auf die Lautgebung verzichtet. Gleich den medauschen Pendelübungen ist Rh. durch die operationale Virulenz einer Skala von etwa 5 Schnelligkeits- und Intensitätsgraden (z. B. beim Fauststoß = Tsuki, „Gerie“ Fußstoß) so autark, dass nun über Atmung und zu guter letzt über die mentale Schwingung (die sich in rhythmischer Form vom Lehrer zum Schüler überträgt) jener Gruppen-Rhythmus einstellt, der den Namen verdient.

Die „Laola-Welle“ u. ä. ist pseudorhythmisch, weil sie nicht der endogenen Schwingung entstammt, sondern wenn auch schön anzusehen und eben animierend, so doch reproduktiv (antizipatorisch) funktioniert?!

Dies ist natürlich keine Wertung, wie sollte sie greifen [Hooge 2000, vgl. das diopole Prinzip, Kap. 1.5] sondern eine Feststellung.

Viele der Übungsspiele, seien sie durch reine Schnelligkeit, durch Kraft, durch Schlag- u. Stoß oder Wurf- resp. Fall geprägt... ob Ausdauer, Ziel, Härte oder Variation – (die Vielfalt des Notwendigen wird deutlich), münden im Rhythmus als dem geeignetsten Mittel pädagogischer Verdeutlichung.

Man kann solches Wirken am ehesten beim Aufkommen von Anflügen der Unlust sehr gut beobachten. Die „mentale Fermate“ [s. Abschn., Kap. „Te-Katana-Do, ein unsystem. System“] und die „rhythmische Sequenz“, die vor allem an die Erzeugung des „Eigenrhythmus“ (vgl. Freudel o. Günther u. a.) gekoppelt ist, sind ideale Motivatoren, das Spielerische beim Training herauszuheben. („Nur wo der Mensch spielt...). „Eigentliches Lernen geschieht im Idealfall über das Spiel“, (Pestalozzi).

In einer kurzen Abhandlung über „das Prinzip von Spannung und Gegenspannung“ (hic) beim Singen (n. Fröhlich-Schweiger, Univ. Augsburg), das hier bereits im Kap. Bruch-Test / Pseudo-A-Zyklus deutlich wurde, wird eines der Erzmodule des ostas. Kampfsports sinnhaft. Gelassenheit bei höchster Konzentration. Äußerste Härte und techn. Habilität neben dem Wissen: „In Nichts dringt, was ohne Sein“. (Das Umfänglichste an Variation bei vollkommener Gesamtheit).

Explosive Wucht bei größter Effizienz, begleitet von einem Lächeln.

Die besondere Art der „Teilübung“, aus der am Ende der Übungssequenzen die Bündelung deutlich gesteigerter Bereichsfähigkeiten erfolgen kann“ (Gr.), ist durch rhythmische Impulse erleichtert und zum Übergang in die nächste „Schwierigkeit“ (die nicht mehr a priori als solche empfunden wird) intendiert.

Die „Partertechniken“ sind ideal, wenn die Technik (längst verinnerlicht) nur noch rhythmischer Individualgestaltung folgen muss. Die freie Kata (freie, „feste“ Form) individualisiert sich durch die zur Bewegung gehobene unverwechselbare Eigenart des (ihres) hervorbringenden Budoka. Die Übungsfelder: Technik, Balance, Kampf, Meditation, Raum, Kraft und Schnelligkeit durch die Atmung dirigiert, mündet natürlich in den Kampf, der synkopiert alle musikal. Tempo- und Intensitätsbezeichnungen in rasante Technik-Entsprechungen umsetzt (Partner-Rh., Raum-Rh.) – So könnte man z. B. „Te-Katana-Do“ als exekutive bewegungskünstlerische Rhythmik bezeichnen

LITERATUR

1. Friedel E. (1927), *Kulturgeschichte der Neuzeit*, München.
2. Hooge S. (1987), *Praktisch-philos. Interpretation des Te-Katana-Do* (unv.), München.
3. Hooge S. (1997), *Der Rhythmus in der menschlichen Bewegung* (unv.), TU – München.
4. Hooge S. (2000), *Rhythm im Budo-Sport* [im:] Von Spiel und Wettkampf zu Kampf und kultureller Form alter und autochtoner Kulturen. Ein sozialanthropologischer Beitrag zur Ethnologie. Dissertation, München.
5. Huizinga H. (1956), *Homo Ludens*, Reinbek/Hamburg.
6. Musashi M. (1983), *Das Buch der 5 Ringe*, Düsseldorf–Wien.
7. Nitobe I. (1997), *Bushido, the soul of Japan*.
8. Laotse (1970), *Tao-Te-King*, München.

Teoria rytmu

Słowa kluczowe: ruch, rytm, medytacja, bezruch, walka wewnętrzna, rytm walki

1. Rytm medytacji

Tytuł ten wydaje się prowokacyjny (rytm, który kojarzy się z ruchem i medytacja, którą wyobrażamy sobie jako zastygnięcie w bezruchu) – ale jest to tylko pozorna sprzeczność. Bo, jeśli wyobrażymy sobie mistrza budo, który siedzi w pozycji „zazen”, bez ruchu, medytując – to w rzeczywistości ćwiczyć się on może w walce na miecze z kilkoma ciągle go atakującymi przeciwnikami. Mistrz prowadzi wewnętrzną, wyimaginowaną walkę, widzi w wyobraźni sytuacje, na które (również w wyobraźni) reaguje. Mistrz walczy z kunsztem swoim wyćwiczonym rytmem. Nie porusza się i im bardziej jest rozluźniony, tym więcej energii dopływa do jego „chi” i im więcej energii, tym bardziej rytmiczne są jego wyimaginowane ruchy. Mistrz budo rozwija podczas medytacji specyficzny „program” łączący rzeczywiste działanie z działaniem wyobrażonym – w jeden fluidalny system. Zdaje

on sobie sprawę, iż aby móc wygrać w rzeczywistej walce, musi wpiery zdać egzamin przed swoim „wewnętrznym okiem”. Choć trudno to zrozumieć laikowi, to nawet największy pesymista swojej epoki – Schopenhauer – widział w fizyce i metafizyce dwie strony tego samego.

2. Rytm w sportach walki

Nauka rytmu polega na optymalizacji sprzęgania ze sobą różnych systemów, które uczestniczą w sterowaniu ruchem. W sportach walki nauka ta powinna sprowadzać się do pełnej automatyzacji ruchów, która powinna zachodzić w obrębie pnia mózgu – odciążając w ten sposób korę mózgową, co z kolei pozwoli oszczędzić na czasie reakcji.

Jedną z metod dochodzenia do pełnej automatyzacji jest wykonywanie pewnych technik (ciosów, kopnięć itp.) z jednoczesnym twardym, gardłowym wykrzykiwaniem komend (np. liczenie po japońsku: ichi, ni, san...). Z czasem rezygnuje się z okrzyków. A to wtedy, gdy w trakcie ćwiczeń generuje się pewna „mentalna fala rytmiczna”, która przenosi się z nauczyciela na ucznia. Osiągnięcie mistrzostwa w sportach walki polega jednak na tym, iż adept wypracowuje własny, niepowtarzalny rytm walki. W przyszłości będzie niepokonany, dopóki przeciwnik nie pozna i rozpracuje jego rytmu.

(streszczenie wykonał Jerzy Borys)