

Meditatives Bogenschiessen

Seit letztem Herbst bietet die Kirche das Meditative Bogenschiessen an. Walter Landolt und Hans-Peter Ott leiten dieses neue Angebot. Eine Gruppe aus neun Personen, mal sind es mehr mal weniger, trifft sich monatlich an einem Samstagmorgen. Bogenschiessen hat eine lange Tradition als Jagd- und Kampfmethode. Heute wird das Bogenschiessen vorwiegend in Vereinen als Hobby, bzw. Leistungssport betrieben, mit unterschiedlichen Bogentypen und Zielsetzungen. Was unterscheidet das Meditative Bogenschiessen von dem Leistungssport? Wie das Wort Leistung bereits aussagt, steht im Sport das Ergebnis an erster Stelle. Es muss ins «Schwarze» getroffen werden. Beim Meditativen Bogenschiessen fällt dieser Druck weg. Wichtig ist Ruhe zu spüren, loslassen zu können, dankbar sein, seine Energie zu nutzen und zu sich selbst finden.

Letzten Samstag las Walter Landolt als Einstieg in das Meditative Bogenschiessen aus dem Buch «Mein Baumhoroskop / Die Weisheit des keltischen Baumkreises» den Text über die Hagebuche, der Robin Hood unter den Bäumen. Menschen, die in diesem Zeichen geboren sind, wirken oft wie ein Fels in der Brandung. Wer das Glück hat in einer Beziehung mit einer Hagebuche zu sein, wird die ganze Zeit liebevoll umsorgt. Eine Teilnehmerin ist eine «Hagebuche» und hat Geburtstag. Walter Landolt überreichte ihr als Geschenk einen Pfeil und fragte sie: wieso kommst du an deinem Geburtstag ans Meditative Bogenschiessen? «Ich will meinen Tag in Ruhe starten, zu mir selbst finden und gestärkt weitergehen.»

Beim theoretischen Teil behandelte die Gruppe unter anderem, welcher Bogen passt zu mir, kann ich mit der linken und der rechten Hand schiessen, benötige ich einen speziellen Handschuh und wie spanne ich den Bogen richtig. Auch die Atemtechnik spielt beim Bogenschiessen eine nicht zu unterschätzende Rolle.

Hans-Peter Ott führte die Teilnehmenden in die Meditation ein: Wir Menschen sind wie ein Stück Holz mit Astgabeln. Alle haben ihre «Chnörz», Schwächen und Stärken. Wir müssen deshalb oftmals in uns gehen und überlegen, wie wir unsere Energie effizient umsetzen können. Gleich wie bei der Anfertigung eines Bogens muss bei den Holzgabelungen auch mehr Holz zugegeben werden. Der wichtigste Impuls der Meditation lautete: Sei so stark wie das Holz deines Bogens.

Das eigentliche Bogenschiessen fand bei kaltem Winterwetter im Rasen neben der Kirche statt. Konzentriert, ruhig und besonnen spannten die Teilnehmenden ihre Bogen. Zielen und schossen ihre Pfeile auf die Zielscheibe. Nur wenige Pfeile verfehlten ihr Ziel. Während der Pause im warmen Seitenschiff der Kirche wurde bei einem Advents-Znüni über einen Workshop nachgedacht. Gerne würde die Gruppe ihre eigenen Pfeile herstellen. Nach der Pause wurde zur Freude von allen nochmals mit Pfeil und Bogen geschossen. Nach einer kurzen Schlussrunde gingen alle gestärkt, zufrieden und motiviert in ihren Alltag.

Ursula Radtke

Sind Sie am Meditativen Bogenschiessen interessiert? Kommen Sie doch vorbei und lassen Sie sich für dieses Angebot begeistern. Der nächste Informationsmorgen findet am Samstag, 20. Januar 2018, um 9 Uhr, im Seitenschiff der Kirche statt.

Auskunft und Anmeldung:
Walter Landolt, Tel. 062 891 25 29,
walter.landolt@ag.ref.ch
Hans-Peter Ott, Pfarrer i.R., 062 897 14 80,
hanspeter.ott@yetnet.ch

Gemeindebeilage zu reformiert. / Kirchgemeinde Niederlenz / Januar 2018

Anhang: Nicht nur ich hatte an diesem Wintertag kalt. Auch dem Fotoapparat ging es ähnlich. Leider wurden die Fotos unscharf. Ich werde die Gruppe des Meditativen Bogenschiessens nochmals besuchen und fotografieren. Diese Bilder werden im März Dorfgeischt veröffentlicht.

