



**Freitag, den 6. August – Sonntag, den 8. August 2010**



© Harry Mark



©Christina Kurbalitsch



© Literaturhotel

Ein absolut bezauberndes Projekt! Das Foto vom Bogenschiessen entstand im Sommer 2009. Schöne Idee für ein Partner-Wochenende! Der eine übt sich in Meditation, der andere versinkt in der Wellness-Abteilung oder in den Büchern. Ihre Andrea Reichart

### **Wochenendseminar Meditatives Bogenschießen im Sinne von ZEN mit Harry Mark und Christina Kurbalitsch**

Der Weg des Bogens „ZEN – Bogenschiessen“, wie ihn Harry Mark lehrt, ist kein sportliches Können, bei dem Treffsicherheit an erster Stelle steht, sondern ein Können, dessen Ursprung in den geistigen Übungen des ZEN, wie z.B. Achtsamkeit, zu suchen ist und dessen Ziel u.a. in einem geistigen Treffen der eigenen Mitte besteht. Eine Kunst, die im fernen Osten seit Jahrhunderten geachtet und geehrt wurde und nun als Vermächtnis weiter gegeben wird.

Bogen und Pfeil werden für den Ausübenden ein Instrument der Meditation, ein Werkzeug zur Schulung der Achtsamkeit und des Bewusstseins. Das schärft die Sinne und ist gesund. Sie lernen vor allem, loszulassen und im Hier und Jetzt zu leben, denn nur im Hier und Jetzt können Sie Ihr Leben gestalten.

Was ist eigentlich ZEN? ZEN bedeutet achtsames und vollbewusstes Im-Augenblick-Sein, ZEN ist das alltägliche Leben. ZEN ist keine Philosophie im herkömmlichen Sinn. Es ist keine Theologie und hat weder ein formales Glaubensbekenntnis und noch eine formale Lehre. Egal ob Buddhist oder Christ, ob Wissenschaftler oder Arbeiter: dem ZEN kann jeder folgen. Jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt und im ZEN - Bogenschiessen mit dem ersten Pfeil.

Die Teilnehmer werden von Harry Mark angeleitet im ZEN - Bogenschiessen sowie der ZEN Sitz- und Gehmeditation, und von Christina Kurbalitsch in der KALARI-Körperarbeit©. Jeder Teilnehmer erhält als Geschenk eine DVD über KALARI-Körperarbeit©.

**Mindestteilnehmerzahl 10, Höchstteilnehmerzahl 20**  
**Anmeldeschluss 5.5.10**

#### **Buchungen und Reservierungen:**

Literaturhotel Franzosenhohl GmbH&CoKG, Danzweg 25, 58644 Iserlohn

Tel.: 02371 820 720, Fax 02371 820 720, Email: [info@literaturhotel-franzosenhohl.de](mailto:info@literaturhotel-franzosenhohl.de)

Ausführliches Veranstaltungsprogramm und Arrangements siehe auch [www.literaturhotel-franzosenhohl.de](http://www.literaturhotel-franzosenhohl.de)

Programmläuterungen: Agentur Leseziel Andrea Reichart, 02375 205 450, [areichert@leseziel.de](mailto:areichert@leseziel.de)

2 Übern., Frühstücksbüffet, Mittagsimbiss (Sa.), Sektempfang und Autorenlesung (Sa.), inkl. Seminargebühren ab\* 449,00 €pro Person  
 (\* ab Preise gelten in der günstigsten Zimmerkategorie pro Person inkl. aller Arrangementleistungen)

### Samstag, den 7. August 2010



© Dr. G. Bach

#### **Dr. Günter Bach: Das Horn des Hasen (Roman zum Thema Bogenschießen).**

Da steht ein kleines Haus, verlassen und kalt, auf einer Ostsee-Insel. Sein Bewohner ist verschwunden, von keinem vermisst als von seinem Freund und Schüler, der wissen will, warum und wohin. Dieser Mann hat im Leben des Erzählers eine große Rolle gespielt, weil er dieses um eine Dimension bereichert hat, um die des Bogenschießens. Aber Bogenschießen verändert die Menschen, es kann jemanden, der im Alltag etwas schwimmt, zu neuen Ufern führen.

Und wie diese Ufer aussehen, das ist eine Frage des Charakters.

Günther M. Bach, Jahrgang 1935, Architekt und Designer in Ostberlin, hat einen Roman geschrieben, der ruhig, fast bedächtig erzählt, aber dabei spannend ist wie ein Krimi. (...) Dabei ist ein Roman entstanden, der vom Bogenschießen erzählt, aber das Leben meint.

Vordergründig handelt er von einem verregneten Wochenende auf einer Insel, vom Verschwinden eines Mannes, von einem Einbruch in ein Haus und von versteckten Hinweisen, die nur einer zu enträtseln vermag. Die eigentliche Geschichte bekommt der Leser in Rückblenden erzählt. Sie handelt davon, wie das Bogenschießen für beide Personen zu einem Schlüsselerlebnis wird, wenn auch auf unterschiedliche Art und Weise und mit verschiedenen Konsequenzen.

Der Roman, entstanden noch zu Zeiten der DDR und auch deshalb geprägt von der Frage nach der freien Entfaltung des Einzelnen, ist unverkennbar von einem Mann geschrieben, der der Faszination Bogenschießen genau so erlegen ist wie der Verlag, der ihn endlich veröffentlichte; beste Voraussetzung dafür, diese Faszination dem Leser auch vermitteln zu können. Im Jahr 2004 erschien der zweite, vier Jahre darauf der dritte Band seiner Romantrilogie, deren Inhalt unter immer wieder wechselnden Aspekten die Faszination des Bogenschießens zum Thema hat. Über seine vielseitigen Interessen gibt seine Homepage [www.guenther-mac-bach.de](http://www.guenther-mac-bach.de) einen Überblick.

**Eintritt 15,00 €inkl. 1 Glas Sekt. Einlass 19 Uhr, Beginn der Lesung 19.30 Uhr. Karten nur im Vorverkauf (Reservierung: 02371-820 720 oder [info@literaturhotel-franzosenhohl.de](mailto:info@literaturhotel-franzosenhohl.de)). Für Seminarteilnehmer im Preis inbegriffen!**

#### **Buchungen und Reservierungen:**

Literaturhotel Franzosenhohl GmbH&CoKG, Danzweg 25, 58644 Iserlohn

Tel.: 02371 820 720, Fax 02371 820 720, Email: [info@literaturhotel-franzosenhohl.de](mailto:info@literaturhotel-franzosenhohl.de)

Ausführliches Veranstaltungsprogramm und Arrangements siehe auch [www.literaturhotel-franzosenhohl.de](http://www.literaturhotel-franzosenhohl.de)

Programmläuterungen: Agentur Leseziel Andrea Reichart, 02375 205 450, [areichert@leseziel.de](mailto:areichert@leseziel.de)