

Die Akademie der Achtsamkeit geht in neue Hände über

Lenzburg Mit dem Thema Achtsamkeit traf der ehemalige Polizist und Einwohnerratspräsident Jörg Kyburz den Zeitgeist-Nerv. Er bot die ersten CAS-Kurse zum Thema an. Nun übergibt er sein Werk an Joe und Tanja Taugwalder.

■ FRITZ THUT

Im Frühjahr 2019 startete Jörg Kyburz in Lenzburg den schweizweit ersten Achtsamkeits-Lehrgang auf Stufe CAS (Certificate of Advanced Studies). Umfangreiche Vorarbeiten musste der ehemalige Sicherheitsbeamte, Lokalpolitiker und langjährige Geschäftsführer des Gemeindeverbandes Lebensraum Lenzburg-Seetal erledigen, ehe er die nötigen Anerkennungen erhielt.

Inzwischen ist die Akademie für Achtsamkeit und Resilienz, wie sich die Trägerorganisation mit vollem Namen nennt, voll akzeptiert. Aktuell läuft der fünfte CAS-Lehrgang «Achtsamkeit in der Führung und im Alltag», zum dritten Mal in Folge ausgebucht, wie Kyburz anmerkt.

Verschiedene spezialisierte Lehrgänge sind dazugekommen, sowie – für die Öffentlichkeit besonders augenfällig – in diesem Frühling der Start des ersten Achtsamkeitstrails der Schweiz, auf dem man in Zusammenarbeit mit Seeltourismus per E-Bike verschiedene Posten anfahren und entsprechende Übungen ausführen kann.

Neues Blut und Entlastung

Jörg Kyburz, bisher mit seiner Frau Regula und der Firma KybisView GmbH der Motor hinter der Lenzburger Achtsamkeitsbewegung, übergibt die Akademie am 1. August an Joe und Tanja Taugwalder. «Es braucht neues Blut und ich brauche Verstärkung», so Kyburz.

Seine Nachfolger hat Jörg Kyburz schon 2014, an einem Kurs, kennen gelernt, aber erst im letzten Jahr wurde die Kooperation konkreter. Die Taugwalders, Unternehmer, die sich 2022 von ihrem vorherigen Geschäft getrennt hatten,



Reibungsloser Wechsel: Joe und Tanja Taugwalder übernehmen die Akademie für Achtsamkeit von Jörg Kyburz.

Foto: Fritz Thut

wurden im letzten September konkret angefragt und sagten nach einer angemessenen Timeout-Phase zu. Seit Januar fungieren sie als Geschäftsführer, im August übernehmen sie die mittlerweile umorganisierte Firma.

Aus der KybisView GmbH wird die Achtsamkeit Schweiz AG; Jörg Kyburz bleibt als strategischer Berater im Hintergrund. «Ich bin froh, dass es reibungslos weitergeht», so der Gründer. «Was gut

läuft, etwa die ganzen CAS-Kurse, übernehmen wir und führen sie weiter», sagt Joe Taugwalder und ergänzt: «Wir haben aber Ideen für neue Angebote, etwa Wochenendseminare, Meditationsabende und auch Firmen-Workshops.»

Das Thema Achtsamkeit sei nach wie vor aktuell. «Wir sind immer noch ein Start-up-Unternehmen, aber das Thema ist salonfähiger geworden», sagt Tanja Taugwalder.

Was ist Achtsamkeit?

Definition «Das Wahrnehmen und das Bewusstsein des aktuellen Augenblicks, ohne diesen zu bewerten. Achtsamkeit ist eine Lebensweise, eine innere Haltung und keine Ideologie. Mit Achtsamkeit erlangen Menschen ein hohes Mass an Lebensqualität und Lebensfreude.» (trail.achtsamkeit.swiss)

Auftakt zum 24. Seetaler Poesiesommer

Seetal Der Seetaler Poesiesommer, das literarische Festival der leisen Töne, findet heuer zum 24. Mal statt. Es startet am nächsten Sonntag auf Schloss Heidegg und hat am Mittwoch, 12. Juli, im Schloss Hallwyl einen ersten Höhepunkt im Aargauer Seetal.

Das Erleben des poetischen Moments bildet den Angelpunkt des Seetaler Poesiesommers. Das von Ulrich Suter (Schongau) getragene Festival der leisen Töne lebt auch in der 24. Ausgabe von seiner Spontaneität.

Mit seinen rund 50 Anlässen in der Region, in der Schweiz und im Ausland zwischen Juli und November regt der Poesiesommer an, dass sich Kultur im lokalen und (inter-)nationalen Austausch mitteile, unter Bäumen und im Salon, im Atelier oder im Ried, auf Burgen und im Ruderboot, stets mit Blick auch auf Entlegenes.

Alt Bundesrat Deiss macht Auftakt

Am Samstag, 8. Juli, um 11 Uhr startet der Poesiesommer 2023 mit einem Anlass mit alt Bundesrat Joseph Deiss auf Schloss Heidegg.

«Seit mehr als einem Jahrtausend geleitet die Via Francigena Pilger von Canterbury nach Rom [...] Da ich die 1200 Kilometer der Strecke von Freiburg nach Rom bereits zurückgelegt habe, mache ich mich auf den Weg nach England»,

schreibt Deiss als passionierter Wanderer in seinem jüngsten Buch «Als Fernwanderer unterwegs - Begegnungen entlang der Via Francigena».

Nach 33 Etappen und unzähligen Erlebnissen resümiert er als Pilger mit breitem historischem Wissen: «Die langen Stunden der Einsamkeit und des Nachdenkens, die Entbehrungen des auf ein Minimum reduzierten Alltags, die Müdigkeit und manchmal die Entrüstung, wenn er sich verirrt, enden meistens mit dem Erreichen einer gewissen Gelassenheit, die es ihm ermöglicht, sich mit seinen Ungewissheiten zurechtzufinden. Vergessen wir nicht, dass die Spanne zwischen individuellem Werweisen und Selbstironie sehr schmal ist und es immer heilsam sein kann, diese zu überspringen. Das ist der Zustand, in dem ich mich heute befinde: Ich verstehe und finde mich damit ab, dass das Jenseits stumm bleibt.»

Eine beredete Präsentation des Autors, die den Zuhörer an einem zentralen Teil europäischer Kulturgeschichte teilhaben lässt.

Am Montag, 10. Juli, macht der Poesiesommer Station in Zeihen im Fricktal, dem Heimatort von alt Bundesrat Joseph Deiss. Hier wird der Band «Zeihen» aus der Reihe «Die Schweiz lesen», herausgegeben von Ulrich Suter, präsentiert wie tags darauf der von Suter zusammengestellte Band «Schongau» mit Fotografien aus dem Bildarchiv der ETH.

Schloss Hallwyl und Dorfführung

Am Mittwoch, 12. Juli, ist um 15 Uhr Schloss Hallwyl Schauplatz der nächsten



Bestreitet den Auftakt des Seetaler Poesiesommers: Alt Bundesrat Joseph Deiss.

Foto: ndc

Veranstaltung: Valerianella dentata (L.) Pollich, der gezähnte Ackersalat, oder Liparis loeselii (L.) Rich., die Zwiebelorchis - die Bestände beider Pflanzen werden als verletzlich eingestuft - pflückte der niederländische Botaniker Reinier Cornelis Bakhuizen van den Brink im Juni 1947 in Seengen.

Van den Brinks Herbar befindet sich im Naturalis Biodiversity Center in Leiden. Van den Brinks Sammelstücke bilden den Anhang im Band «Seengen» aus der Reihe «Die Schweiz lesen - Lire la Suisse - Leggere la Svizzera - Leger la Svizra» mit Fotografien aus dem Bildarchiv der ETH.

Ausgehend von Schloss Hallwyl, das von Luftpionieren seit den 1920er Jahren immer wieder fotografisch aus der Vogel-

perspektive aufgenommen wurde, bis hin zum Hotel Brestenberg, wo die Swissair Anlässe feierte, dokumentiert der von Ulrich Suter herausgegebene Band das Dorf in Bildern, die manche Erinnerung wachrufen.

Anschliessend gibt es eine Dorfführung durch Max Hächler (Seengen) und Daniel Humbel (Boniswil) von der Historischen Vereinigung Seetal und Umgebung.

Die Programme für die Monate August bis November erscheinen jeweils Ende des Vormonats und sind im Internet auf www.poesiesommer.ch abrufbar.

Der Eintritt beträgt jeweils 15 Franken; Reservationen und Anfragen sind über Mail erbeten an ulrich.suter.kultur@bluewin.ch. (lba)

SCHATZKAMMER



Verborgene Kräfte: Victoria, eine altehrwürdige Eiche im Lütisbuech. Foto: Frank Haemmerli

Baumwunder

■ JONAS NYFFELER

Bäume faszinieren. Sie können mehrere Menschenleben alt werden, trotzen Naturgewalten und verbinden durch ihre Grösse die Erde mit dem Himmel.

Uns Menschen liefern Bäume seit Jahrtausenden Holz und Nahrung und schützen uns vor Naturgefahren. Nicht erstaunlich also, spielen sie in Mythen und Religionen auf der ganzen Welt eine wichtige Rolle. Dem Ideenreichtum sind dabei kaum Grenzen gesetzt: Unter Bäumen geschehen Erleuchtungen und Wunder, Götter nutzen Bäume als Wohnort und Menschen verwandeln sich in Bäume oder genau umgekehrt.

Bis ins 19. Jahrhundert pflegte man Kontakte zu alten, mächtigen Bäumen. Heilige wurden dort verehrt oder Krankheiten wie Gicht oder Zahnschmerzen am Baum abgestreift. Der passende Vers machte den Zauber jeweils möglich, zum Beispiel: «Eichenbaum, ich klage dir / Die Gicht die plaget mir / Ich wünsche, dass sie mir vergeht / Und in dir besteht.»

Heute sind Vorstellungen zur Magie und Kraft von Bäumen aus unserem Alltag fast verschwunden. Der Weihnachts- und der Maibaum sind letzte Zeugen des einst facettenreichen Brauchtums. Immerhin hat die enge Verbindung zwischen Baum und Mensch in unserer Sprache überdauert: Auch wir können verwurzelt, stämmig oder aus gutem Holz geschnitzt sein.

Übrigens: In den Lenzburger Wäldern gibt es sie noch, die Baumriesen mit verborgenen Kräften. Sie sind mit einem weissen Punkt markiert und dürfen so lange im Wald stehen bleiben, bis sie auf natürliche Weise sterben. Sie haben schon so einiges erlebt und lassen sich nicht so rasch aus der Ruhe bringen.

Und noch etwas sei in dieser Kolumne verraten: Mit solchen Baumriesen kann man sprechen. Das lässt sich ganz ohne Worte machen. Wie genau, muss aber jede und jeder für sich selbst herausfinden. Wer es versucht und sich darauf einlässt, erlebt die Magie der «Schatzkammer Wald». Der Geistliche und Seelsorger Phil Bosmans (1922-2012) meinte dazu passend: «Wer mit Bäumen sprechen kann, braucht keinen Psychiater. Nur meinen die meisten Menschen das Gegenteil.»

■ «Schatzkammer». Hier stellen Mitarbeitende des Museums Burghalde Lenzburg jeweils in der ersten Ausgabe des Monats spannende Geschichten und originelle Fundstücke vor.

INSERAT

Eglin Elektro Lenzburg
Ringstrasse West 27
062 888 17 17
www.eglin.ch