

Hawaiianisches Vergebungsritual

«Ho'oponopono» ist eine alte, hawaiianische Tradition der Konfliktlösung und wird heute in moderner Form als kraftvolles Werkzeug angewendet, um das Zusammenleben in der Familie, im Freundeskreis und im Beruf zu verbessern und zu harmonisieren. Sozusagen ist es eine intuitive Methode zur Lösung zwischenmenschlicher Konflikte. Indem man das «Problem» bei sich selber löst, wirkt man befreiend auf die Situation ein. Ho'o heisst «machen, tun, stellen» und pono bedeutet «richtig» oder auch ganz einfach «in Ordnung bringen». Es basiert auf Aussöhnung und Vergebung und dient dazu, die inneren und äusseren Räume zu reinigen, zu heilen und wieder in einen energetischen Fluss zu bringen.

Am Mittwochabend, 26. Juni, von 19 bis 21.30 Uhr gibt die dipl. Gesprächstherapeutin Gabriella Steiner einen Einblick in die Prinzipien des Ho'oponopono und stellt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Möglichkeiten und Methoden der Anwendung für den Alltag vor. Für zwei Stunden den Alltag vergessen, entspannen und in den Fluss kommen. (GS)

Anmelden bis 21. Juni unter Tel. 044 760 12 77 oder kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch. Kosten: 50 (für Mitglieder 45) Franken. Weitere Infos und komplettes Kursangebot unter www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.



«Ho'oponopono» hilft, das Zusammenleben zu harmonisieren. (Bild zvz.)



Keltisch-irische Messe am Pfingstsonntag, aufgeführt vom Cäcilienverein. (Bild zvz.)

Innere Reise auf die grüne Insel

Ungewöhnliche Klänge an der Pfingstmesse in Affoltern

Der Cäcilienverein Affoltern geht mit einer keltisch-irischen Messe einen neuen Weg in der Begleitung der Pfingstmesse.

Maja Fluri hat sich als musikalische Leiterin des Cäcilienvereins für die Untermalung der Eucharistiefeier am Pfingstsonntag für einmal an ein eher ungewöhnliches Werk gewagt. Bei den Mitwirkenden hat sie damit offenbar einen Nerv getroffen. Wie vom Komponisten Liam Lawton beabsichtigt, der die «Mass of the Celtic Saints» geschrieben hat, um seine Landleute zum Singen zu bringen, haben sich die Sänger gerne auf die Proben eingelassen. Eine Mitsängerin hat sogar ihre Ferien verschoben, weil sie bei den Proben und der Aufführung unbedingt dabei sein will. Um möglicherweise den Pfingstgedanken aufzunehmen, bringt der Cäcilienverein die originale Fassung in Englisch zur Aufführung; für viele Sängerinnen und Sänger eine wirklich «fremde Zunge».

Bereits die ersten Flötenklänge des «Kyrie» bei der «Mass of the Celtic Saints» werden bei den Zuhörern wohl einen wohligen kleinen Schauer verursachen und eine gehörige Gänsehaut bereiten. Und vor dem inneren Auge werden die grünen Felder Irlands auftauchen, längst verfallene Burgen, mit Moos überwachsene Steine. Eine einzige Solostimme als Sopran, ein vierstimmiger Chor, Gitarre und Orgel sind die Hauptprotagonisten dieser Messe.

Wunderbares Klangerlebnis

Liam Lawton, Priester und Songwriter, schrieb «The Mass of the Celtic Saints» für die irische Gemeinde in Chicago und veröffentlichte sie 1998 in Irland. Auch die beschwingte Seite der irisch-keltischen Musik hat im zweiten Stück der Messe «Glory to God» seinen Platz, ohne dass der Festlichkeit dieser Kirchenmusik Abbruch getan wird. Die klare, reine Sopran-

stimme, die Blockflöte, die sie unterstützt, die Gitarre, die das Ganze rhythmisch unterlegt und die Orgel, die allem den tiefen und profunden Boden gibt, ergeben insgesamt ein wunderbares Klangerlebnis, vermittelt Freude und tiefen, einfachen Glauben, gepaart mit einer ganz speziellen Leichtigkeit.

Lebendig und ehrfürchtig

«Gospel Acclamation» lässt den Zuhörer im Geist hüpfend durch grüne Felder ziehen, «Holy Holy» stimmt die folkloristische Seite der irischen Musik an. Zart, lebendig, trotzdem ehrfürchtig und voller Frieden, sind die Eigenschaften, die einem einfallen, wenn die Klänge dieser Messe ertönen. Als letztes Stück wird «Lamb of God», wie das «Kyrie» zu Beginn, die Zuhörer nochmals auf eine träumerische, ja zärtliche Weise in die Welt der irisch-keltischen Musik entführen.

Ob als reiner Zuhörer oder auch Besucherin der Messe am Pfingstsonntagmorgen, bei jedem Anwesenden könnte die innere Reise zu der grünen Insel stattfinden. Die Melodien und Texte wollen Zugänge eröffnen und die «Frohe Botschaft und gute Nachricht» mit Lebensfreude, Zartheit, Zuversicht und frohen Erwartung auffüllen.

Unterstützt wird der Cäcilienverein mit seiner Dirigentin Maja Fluri durch die Sopranistin Rahel Pailer, Alexandra Häfliger an der Blockflöte, Tiago Almeida an der Gitarre und Konstantin Saltykov an der Orgel. Schön wäre zudem, wenn durch «The Mass of the Celtic Saints» neue Chormitglieder gewonnen werden könnten. Einzige Voraussetzung: Freude an Musik und Gesang, denn Singen macht Spass und macht froh. (sci)

Pfingstsonntag, 9. Juni, 10 Uhr, katholische Kirche, Affoltern. www.caecilienverein-affoltern.ch.



«Wenn das Entenrennen auf dem Jonenbach stattfindet, ist der Sommer da». (Bild: Marcello Rosenberger)

Entenrennen im Jonenbach

«LaMarotte bi de Lüt» organisiert am Samstag, 15. Juni, das 6. Entenrennen im Jonenbach in Affoltern.

Nach den grossen Publikumserfolgen in den letzten Jahren benützt das Kellertheater LaMarotte den Jonenbach in Affoltern wiederum als Piste für das Entenrennen Nummer 6.

Punkt 16 Uhr startet zum Gaudi von Gross und Klein ein Riesenschwarm kentersicherer Enten auf dem Fussgängerbrüggli beim rosaroten Haus von Büchi Optik Affoltern (BOA). Die Enten schwimmen durch das Dorf, können auf der ganzen Strecke beobachtet werden und erreichen kurz vor der Bahnbarriere im

Moos das Ziel. Eine Zielanlage ermittelt dort einwandfrei die Siegerinnen.

Gleich nach Zielankunft findet am Startort beim BOA-Brüggli die Preisverteilung statt. Dort steht auch ein grosser Grill bereit, auf dem selbst Mitgebrachtes zubereitet werden kann. Dazu offeriert LaMarotte ein reichhaltiges Salatbuffet. (pz.)

Folgende vier Geschäfte in Affoltern nehmen Anmeldungen nach Bezahlung von 10 Franken pro Ente entgegen: BOA Büchi Optik, Chäs Stöckli, Blumen Schneebeli, Buchhandlung Scheidegger.

Und natürlich auch unter www.lamarotte.ch oder Tel. 044 760 52 62. Spontane Anmeldungen sind auch am Startort noch möglich.

Bar und Wettsätze ab 15 Uhr bei der Kochschmitte. Start: 15. Juni, 16 Uhr auf dem BOA-Brüggli.

Mandala-Stein-Magnete basteln

Am Mittwoch, 12. Juni, von 14 bis 16.30 Uhr tauchen die kleinen Künstlerinnen und Künstler mit der diplomierten Gesprächstherapeutin Gabriella Steiner in die entspannende Kunst der Mandalas ein und lassen auf einem Stein Punkt für Punkt ein faszinierendes Mandala entstehen.

Die Punktmalerei ist eine uralte Technik der australischen Aborigines, fand aber auch in der folklorischen Malerei ihren Weg nach Europa und ist zur Zeit sehr aktuell und besonders beliebt bei Menschen, die ihre kreative Seite wieder entdecken möchten. Diese Art der Malerei ist nicht schwierig zu erlernen, erfordert jedoch Konzentration. Die Fokussierung auf das Tun lässt einen alles rundher-

um vergessen und ist deshalb hoch entspannend für Körper, Geist und Seele.

Die Kinder werden einfühlsam in diese besondere Tupftechnik eingeführt und mittels einer Regenbogen-Meditation zu ihren persönlichen Farben begleitet. Es geht darum neben einzigartigen, persönlich bemalten Steinen auch eine bleibende, schöne Erfahrung mit nach Hause zu nehmen. Wer möchte, erhält auf die Rückseite der bemalten Steine einen Magneten. Dieser Kurs ist für Kinder ab acht Jahren geeignet. Ein Kurs speziell für Erwachsene findet am 21. Juni von 18.30 bis 21 Uhr ebenfalls im Familienzentrum statt. (GS)

Anmeldungen nimmt das Kurswesen-Team gerne entgegen unter Telefon 044 760 12 77 oder E-Mail: kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch. Infos: www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.



Die Kinder lernen in diesem Kurs die Punktmalerei, eine uralte Technik der australischen Aborigines. (Bild zvz.)

Den Bauernhof hautnah erleben



Die Kinder verbringen einen erlebnisreichen Tag mit vielen Tieren. (Bild zvz.)

Am Samstag, 15. Juni, von 10 bis 17 Uhr verbringen die Kinder einen ganzen Tag auf dem Bauernhof mit Ponys, Pferden und vielen anderen Tieren.

Auf dem Bauernhof gibt es viel zu entdecken. Woher kommt die Milch? Was frisst das Pferd? Welches Gemüse wächst auf dem Acker? Alle Kinder, die wissen möchten, was auf dem Bauernhof alles los ist, sollten sich diesen Tag nicht entgehen lassen! Sie helfen im Stall mit, pflegen die Tiere und erkunden den Bauernhof und den umliegenden Wald mit allen Sinnen. Spiel und Spass gehören natürlich auch dazu. Ein Mittagessen und zum Abschluss ein Ponyspaziergang runden den erlebnisreichen Tag ab. (GS)

Anmelden unter Telefon 044 760 12 77 oder per E-Mail: kurse@familienzentrum-bezirk-affoltern.ch. Weitere Infos und das komplette Kursangebot unter www.familienzentrum-bezirk-affoltern.ch.