Anmeldelse januar 2023

v/ John Merland, 12/1-2023

Instinktiv bueskydning 2. Teknik, trimning.

Af

Jes Lysgaard, december 2022

Jes Lysgaards tredje bog om bueskydning med langbue eller barbue er lige så interessant læsning som de to første. Det nye ved denne bog er, at den er mere detaljeret og udvider forskellige begreber, som er beskrevet i ”Instinktiv skydning 1 – Archers reflex”.

Forfatterens tilgang til bueskydning er spirituel, hvor psykologiske, neurologiske, fysiololgiske og anatomiske aspekter fremhæves igen og igen på en levende og beskrivende måde – især hvor Jes Lysgaard fortæller forskellige anekdoter om egne oplevelser på skydebanen.

Bogen består af to dele.

Del 1 handler om bueskydningens essens, og om hvordan forskellige bueskytter ser på egen tilgang til det at skyde bue. Anmelderen har skudt langbue i 40 år, men har endnu engang lært meget af at læse om de psykologiske/filosofiske aspekter, som Jes Lysgaard beskriver så levende og velformuleret.

Forfatteren og anmelderen har ofte diskuteret, hvad det er, der gør, at vi mennesker er så optaget af det, vi laver, altså hvad der motiverer én til at handle på bestemte måder. Hvor skyder jeg med bue? Og hvorfor vælger jeg en bestemt buetype? Det forsøger Jes Lysgaard at give svar på – og jeg synes, at han lykkes ganske godt med det.

Afsnit 2 handler om ”Trimning af buen og pilen” – et afsnit, som også er detaljeret og fint forklarende i enhver henseende.

Ligesom i afsnit 1 kaster Jes Lysgaard sig ud i filosofiske betragtninger, hvor det er relevant. Igen synes jeg, at det er berigende med disse ”paranteser”, hvor også elementer vedrørende åndedrættet og yogaøvelser inddrages.

Når jeg læser de forskellige afsnit, synes jeg mellem linjerne at ane, at Jes Lysgaard overordnet set anskuer alt, hvad bueskytten foretager sig, som om der er tale om en udfordring eller en trussel. I disse to anskuelsesmåder er der specifikt tale om fysiologiske forhold (fx adrenalinproduktion), som beskrives i forskellige varianter – især når skytten fokuserer på den opmærksomhed eller det fokus, som der bør anlægges, for at bevare koncentrationen. Jes Lysgaard beskriver også levende, hvad der sker, når man (= han selv) pludselig befinder sig i en situation, inden skuddet skal afvikles, som genererer en trussel.

Bogen er et meget personligt dokument, som efterlader læseren med en oplevelse af, at her er en person, som ligesom så mange andre topidrætsudøvere har gennemgået mange personlige udfordringer for at nå langt med sin sport. Derfor er bogen ikke alene en fortælling om mere eller mindre konkrete beskrivelser af bueskydningens væsen, men også en fortælling om en åndelig rejse, der har haft sine omkostningen.

Er du bueskytte med interesse for at skyde med langbue eller barbue, er der meget at hente af både filosofiske og praktiske aspekter. Men også bueskytter, der foretrækker andre buetyper, vil kunne få udbytte af bogens psykologiske aspekter.

En bog om bueskydning der varmt kan anbefales af én, der mener at vide, hvad han taler om!