



Intuitives Bogenschießen

Sehr viele Entscheidungen im Leben werden intuitiv, aus dem "Bauch heraus" gefällt. Meist sind es diese Bauchentscheidungen, die sich als "richtig" erweisen...

Beim traditionellen Bogenschießen spielt - anders als beim Sportschießen - die Anzahl der Trefferringe eine untergeordnete Rolle; vielmehr liegt der Schwerpunkt auf der geistigen Übung: "Konzentration und innere Sammlung sind wesentliche Momente" und **"Die Intuition steht im Vordergrund"**. Man schießt sozusagen aus dem Bauch heraus. Ein weiteres Merkmal der traditionellen Schießkunst ist der Verzicht auf technische Hilfsmittel.

Der Schütze erlebt den Ablauf beim Schießen intensiv: Den Spannungsaufbau beim Anziehen des Bogens und den Spannungsabbau beim Loslassen des Pfeils.

Beim intuitiven Bogenschiessen liegt der Schwerpunkt vor allem auf:

- Loslassen lernen und können
- Abschalten vom Alltagsstress
- Kräfte bündeln und mobilisieren
- Zielausrichtung zur Selbstreflexion
- Innerer Orientierung und mentaler Anspannung
- Mehr Lebensfreude und Spaß

"Völlig loslassen und entspannen"

Gefördert werden...

- das Zusammenspiel von Geist und Körper
- Konzentration, innere Sammlung und Intuition

Treffen ohne zu zielen...

