

Fortbildungswochenende

Innere Klarheit und Fokus

mit Pferden und Intuitivem Bogenschießen

Im Alltag mit Beruf und Familie kann es leicht geschehen, dass wir ins „Hamsterrad“ geraten. Dadurch verlieren wir gern mal unsere nicht nur ursprünglichen Pläne, sondern sogar unsere eigenen Bedürfnisse und Ziele aus den Augen.

Pferde

haben ein sicheres Gespür für unsere inneren Einstellungen (Dispositionen), Gedanken und Gefühle. Sie erkennen genau, ob wir

- wissen was wir vorhaben.
- wissen wo wir hinwollen.
- uns unserer selbst sicher sind.



Durch den inneren Dialog mit **Pfeil und Bogen** erhält jede/r für sich selbst eine Rückmeldung der eigenen Wahrnehmung sowohl durch das Geräusch des Pfeiles und der Bogensehne als auch durch den Pfeil selbst (Schussbild auf der Zielscheibe). Somit ermöglicht das Bogenschießen einen Abgleich der sogenannten Eigenen- und Fremdwahrnehmung in der Selbstreflexion – ohne lebendes Gegenüber.

Dieses Wochenende soll einen Einblick geben, wie Pferd und Pfeil uns lehren, ganz konsequent im Hier und Jetzt zu sein, Denken und Handeln zu synchronisieren und unsere „Masken“ zu überdenken.