



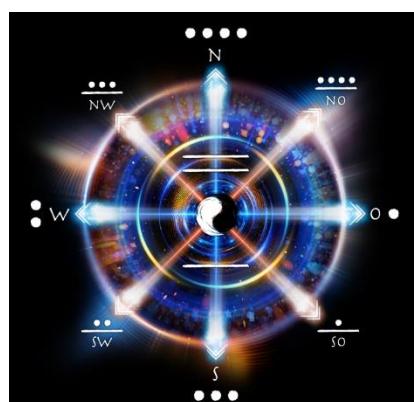
## Das Medizinrad in der Erlebnistherapie – Jahrtausende altes Wissen für Heilung in einer neuen Zeit

Das "Medizinrad" und die "Weisheit der 4 Winde" sind das uralte Heil-Wissen unserer Erde, das von Lakota und Maoris sowie vielen anderen indigenen Völkern und Stämmen über viele Generationen hinweg, teilweise im Verborgenen, weitergegeben und erhalten wurde.

### Grundlagen und Aufbau des Medizinrades

„Das Medizinrad birgt Jahrtausende altes Wissen der Naturvölker in sich. Mit der Lehre der Heiligen Richtungen bietet uns das Medizinrad ein Werkzeug, um zu erkennen, wo etwas nicht im Gleichgewicht ist und wie wir die Balance wiederherstellen können. Zuerst beginnen wir bei uns selbst, wir arbeiten an unserem eigenen inneren Frieden, denn erst dann können wir beginnen, die Welt um uns herum zu berühren. Indem wir zu unserer Mitte gelangen, lernen wir sowohl uns selbst, als auch unser Umfeld in Balance zu halten. Sobald wir den Weg kennen, der zu dieser Mitte führt, können wir immer schneller und leichter dorthin zurückfinden.“

Diese Weisheit kann einerseits Halt und spirituelle Orientierung bieten sowie Antworten auf persönliche Lebensfragen geben, andererseits stärkt es uns auf ganz praktische Weise. Durch die Arbeit rund um das Medizinrad können wir neue Qualitäten an uns erfahren und auch Vertrauen in die eigene Kraft gewinnen. Zudem geht daraus eine ganz neue Verbindung zu unserer Erde und den Elementen hervor, was die persönliche Heilung, Kräftigung und Erkenntnis fördert. Die Techniken und Praktiken werden so vermittelt, dass sie von jedem und jeder nachvollzogen werden können, somit werden tiefgehende und persönliche Erfahrungen möglich.“ (Peter Kirschner, Das Medizinrad)



© by Native Spirit

„Ich sehe den Kreis und weiß: Alles ist Eins.“ (Andreas M.)

Medizinrad und „Die Weisheit der 4 Winde“ sind wie eine Landkarte, ein Kompass, neue Impulse, an denen wir unseren Lebensweg ausrichten können. Der Aufbau des Medizinrades spiegelt die 4 Himmelsrichtungen, die 4 Jahreszeiten, die 4 Elemente und deren Qualitäten, die Erde, die Sterne und das Universum wieder. Es bildet die Qualitäten ab von Veränderung, Bewegung, Entwicklung, Leben und zeigt gleichzeitig Struktur, bringt Klarheit und gibt Halt.

„Medizin“ kommt von „Medi“ und das bedeutet „Mitte“, Medizin heißt also seine eigene persönliche Mitte und Balance zu finden, Ausgeglichenheit, seine ureigene Kraft und Energie.

- Die Mitte steht im Medizinrad für Jing und Jang, die Harmonie von Licht und Dunkel, das höhere Selbst und das Schattenselbst, die heilige Null, die Unendlichkeit, die Balance in der Dualität, die aus dem ALL-EINS seins heraus entstanden ist
- Der Osten steht im Medizinrad für „Vision, Spiritualität, Lebensenergie, Neubeginn“, die Sonne und das Element Feuer
- Der Süden steht für „Inneres Kind, Emotionen, Gefühle, das spielende Kind“, die Pflanzenwelt und das Element Wasser
- Der Westen für „Materie, der innere Heiler, Innenschau, Rückzug“, Mutter Erde, Element Erde.
- Der Norden für „Heiliger Verstand, Klarheit, Vernunft, Selbstmacht, Eigenverantwortung, der/die Erwachsene Mann/Frau“, die Tierwelt, Element Luft.

Das ist der Kern des Medizinrades, sehr vereinfacht dargestellt, der innere Kreis. Das Medizinrad enthält in sich mehrere Räder, Kreise, Ebenen und Zwischenrichtungen, das alles darzustellen würde hier den Rahmen sprengen. (vgl. hierzu auch Peter Kirschner, „Das Medizinrad – Die Kräfte der heiligen Richtungen“)



### **Verschiedene Kulturen – unterschiedliche Formen - gleiches Wissen**

Obwohl sich viele Naturvölker und Stämme über Jahrtausende nicht begegnet sind haben sie doch ähnliche Rituale und ähnliches Wissen über das Medizinrad. Auch wenn es viele Unterschiede und kulturelle Ausprägungen gibt in der Form, im Aufbau und in den Details sind die Kernbotschaft die dahinter steckt und der innere Kreis, die Himmelsrichtungen, meist fast nahezu identisch.

Bei vielen heißt es „Medizinrad“ sowie bei den indigenen Völkern Nord- und Südamerikas wie den „Indianern“ (Lakota, Hopi,...), den Mayas, Inkas usw.

Bei den Maoris in Neuseeland ist es die „Weisheit der 4 Winde“, es gab sogar einen Tempel der 4 Winde, der als kreuzförmiger Gebäudekomplex aufgebaut war, für jeden Wind der 4 Himmelsrichtungen ein Gebäude. In ihm wurde das Heilige Wissen gelehrt und Heiler, Stammesführer und Spirituelle Führer ausgebildet. (vgl. Barry Brailsford, Weisheit der vier Winde)

Doch auch in Europa gab es dieses Wissen und unterschiedliche Formen dieses Rad-Wissens, z.B. die Räder bei den Kelten und Germanen. Bis heute gibt es die „Steinkreise“ in Irland und Großbritannien (Stone Henge). Das „Labyrinth“ der Kathedrale von Chartres ist genau nach den Himmelsrichtungen aufgebaut wie ein Medizinrad, sowie sämtliche christlichen Kirchen und muslimischen Moscheen nach Osten ausgerichtet sind und oft auf energievollen Kraftorten erbaut sind.

Viele Stammesälteste und (geistige) Stammesführer aus allen Teilen und Kulturen der Welt sehen die Dringlichkeit, unsere Erde zu erhalten und haben daher beschlossen, ihr Wissen an die Welt weiterzugeben und es zu veröffentlichen.

So hat z.B. der Medizinmann und Dragon das Wissen zu Peter Kirschner nach Tirol gebracht, der Mandan-Lakota Medizinmann Manitoutanka lehrt sein Wissen über das Medizinrad in den Niederlande und Ost-Deutschland, die Tuhoe-Maori Heiler Tiki und Erina Ata sind mit Ihrem Wissen in ganz Europa und Neuseeland unterwegs. Und noch viele andere, die dieses elementare und fast vergessene Wissen in die Welt tragen.

Auch wir haben den Auftrag erhalten dieses Wissen weiterzugeben. Das ist der Antrieb und Motivation für unsere Arbeit und Grundlage für diesen Artikel.

Wenn die Menschheit die Erde als wertvolle Lebensgrundlage erhalten will, ist es hilfreich wenn sie wieder anfängt mehr kreisförmig zu denken anstatt linear... Stichwort Nachhaltigkeit und natürliche Ökosysteme. Mehr Mitte und Balance statt Polarisierung.



### **Das Medizinrad als Methode in der Erlebnistherapie – Chancen, Potenziale und Grenzen**

Über Jahrtausende hinweg haben weise Heiler\*innen, Schamanen und Medizin-Männer und – Frauen mit Hilfe des Medizinrades Jahreskreisfeste, Dankes-Rituale und Zeremonien gefeiert und tun es noch. Sie haben sich mit der Erde und dem Universum verbunden und die Sterne gelesen. Sie

heilen die Menschen, beraten und lehren sie. Ihr Ansatz dabei ist ganzheitlich, sie haben den ganzen Menschen im Blick. Früher waren sie Arzt, Therapeut, Psychiater, Mediator, Richter, Lehrer, Pfarrer und geistlicher Seelsorger alles in einem. Das hat sich im Laufe der Jahrhunderte erst in unserer westlichen Zivilisation durch die Spezialisierung und Trennung der Fachgebiete verändert.

Warum sollte das Medizinrad also nicht auch als Therapie-Werkzeug in der modernen Landschaft der Therapie-Methoden und – Möglichkeiten unserer heutigen Zeit anwendbar sein?

In unserer Zeit der Digitalisierung, des Klimawandels und des schnellen Wandels und daraus resultierenden (Lebens-)Krisen, Stress, Burnout, Depressionen... können das "Medizinrad" und die "Weisheit der 4 Winde" eine persönliche Landkarte, ein Kompass und ein Leuchtturm sein, um Orientierung zu geben, unseren Lebensweg zu reflektieren, ihn neu auszurichten, unser eigenes inneres Gleichgewicht zu finden, für Erdung und inneren Frieden.

Viel Potenzial steckt im Medizinrad unserer Ansicht und Erfahrung nach vor allem im Coaching und (Lebens-) Beratung, sogar im Projektmanagement, aber auch im therapeutischen Kontext.

Natürlich hat das Medizinrad als Therapie-Methode seine Grenzen, vor allem bei Klienten mit schweren psychischen Erkrankungen und Traumatas, es kann eine Langzeittherapie oder Klinikaufenthalt nicht ersetzen. Es eignet sich jedoch in inter- und multidisziplinären Therapeuten Teams und Therapieformen als ergänzender Baustein, der Impulse setzen kann für den/die Klient\*in und Entwicklungs- und Heilungsprozesse anstoßen kann. Dem Therapeuten\*in kann es als Diagnose und Analyse-Werkzeug dienen, zu erkennen wo der/die Klient\*in gerade steht, wo er/sie sich hin entwickeln sollte, was er/sie für Ressourcen er/sie bereits hat und welche noch braucht. Das Medizinrad kann den Therapeuten dabei unterstützen dem Klienten aufzuzeigen, dass das Leben an sich und von Natur aus fortwährende und ständige Veränderung bedeutet, im optimal Fall Entwicklung.

Entwicklung verläuft laut dem Wissen der Naturvölker spiralförmig. Wenn man das Gefühl hat sich im Kreis zu drehen und immer wieder an denselben Punkt zu kommen, sollte dies auf einer höheren Ebene sein. Man durchläuft den Kreis den das Medizinrad bildet immer wieder, was sich z.B. in der Natur in den 4 Jahreszeiten wiederspiegelt. Wenn sich der Klient tatsächlich immer nur „im Kreis dreht“ ohne Entwicklung ist eine systemische Intervention notwendig, wie z.B. paradoxe Intervention, Zirkuläre Fragen o.ä.

Der Vorteil und Chance der Arbeit mit dem Medizinrad gegenüber anderen Therapieformen wie z.B. Gesprächstherapie ist die Ganzheitlichkeit, das Erleben mit allen Sinnen und auf allen Ebenen. Erleben, spüren, fühlen, hören, riechen, sehen – verstehen.

Die Teilnehmer unseres Workshops auf der GATE, Gathering Adventure Therapie Europe, waren begeistert von den vielen unterschiedlichen handlungsorientierten Elementen der Medizinradarbeit, wie z.B. Musik und Trommeln und das hinein spüren in die Mitte und die vier Richtungen. Sie sprachen davon voll in die Entspannung und ihre innere Ruhe gekommen zu sein.

Luise Haberstock (Die Oase) und Angela Moosbrugger (Natur-Zauber) arbeiten sehr erfolgreich mit systemischen Aufstellungen auf der Grundlage des Medizinrades (vom Grundgedanken angelehnt an eine Familienaufstellung) und haben in ihrer Arbeit viele gute Erfahrungen gemacht.

In den Workshops „Haus der 4 Winde“ und „Berg der 4 Winde“ im Kleinwalsertal wandern wir bewusst und achtsam in jede der 4 heiligen Richtungen und erleben intensiv jedes der 4 Elemente. Ergänzt mit Musik, Trommeln, Yoga, Stock-Schnitzen uvm. Die Teilnehmer sind jedes Mal erstaunt, wie viel Klarheit und Antworten für Ihre persönlichen Themen, Energie und Kraft sie dabei bekommen.



WHAKAPAPA- Wo komm ich her? Wer bin ich? Ahnen- und Familiengeschichte?

KOPAPA - persönliche Potentiale, Schätze, Geschichte und Erfahrungen?

URUPUI- eigene Balance finden und halten

HIKOI - Wo gehts persönlich hin? Was ist der nächste Schritt?

**Te mana motuhaketanga o te aroha!**

**Sei Du selbst! ... und steh in Deiner ganzen Kraft und Größe !**



## 8888888 Angela Moosbrugger

- Viele Jahre Schamanische - Ausbildungen bei Native-Spirit, die Natur-, Wildnis- und Lebensschule Tirol
- Leitung von Medizinrad-Kursen und - Aufstellungen
- Leitung von Schwitzhütten/ Frauenschwitzhütten im Kleinwalsertal und Tirol
- Schamanische Sitzungen und Klangreisen
- Hochzeitszeremonien, Taufen, Sterbebegleitungen
- Wildniskurse für Familien und Kinder
- [www.Natur-Zauber.at](http://www.Natur-Zauber.at)



## Stefan Perau

- Dipl. Sozialpädagoge, systemischer Berater und Coach, Outdoor-Trainer
- seit mehr als 26 Jahren freiberuflicher Trainer für Teamentwicklung, Outdoor-Training, Erlebnispädagogik und -Therapie, für Outward Bound Germany und andere Organisationen.
- Wildniskurse in Zusammenarbeit mit dem Tourismusverband Kleinwalsertal
- Leiter der Workshops "Berg der 4 Winde", "Haus der 4 Winde" und Heilungen zusammen mit den Maori-Heilern und Spiritual Leadern Tiki und Erina Ata vom Maori-Stamm der Tuhoe / Neuseeland
- Medizinrad-Coaching in Zusammenarbeit mit Manitoutanka Kornee, Medizinmann und Spiritual Leader vom Lakota-Stamm der Mandan / USA/Kanada/Niederlande.
- [www.Steinbock-Kolibri-Outdoor.de](http://www.Steinbock-Kolibri-Outdoor.de)

## Literatur:

- „Das Medizinrad - die Kräfte der heiligen Richtungen“ von Peter Kirschner / Die Natur-, Wildnis- und Lebensschule am Inn in Tirol / [www.native-spirit.at](http://www.native-spirit.at)
- „Weisheit der 4 Winde“ von Barry Brailsford /Neuseeland
- „Altes Wissen für eine neue Zeit“ von Geseko von Lübke
- „Systemische Naturtherapie“ von Astrid Habiba Kreszmeier