

Erfahrungen im Medizinrad

Die Arbeit im und mit dem Medizinrad ist außerordentlich heilsam. Heilsam im wirklichen Sinn von heiler = vollständiger werden = verlorene Seelen-Anteile wiederfinden.

Die Arbeit dauert Jahre oder Jahrzehnte, ist wahrscheinlich nie ganz abgeschlossen und ist hochspannend.

Was da alles abgeht, nur schon, oder gerade beim Bau des Rades zeigt eine tiefgreifende Wirkung, welche ich im Alltag immer gleich nutzen kann. Das heißt, es ist eine fortlaufende Geschichte, die im Alltag weiter geht.

Ich möchte von meinen ganz persönlichen Erfahrungen während der letzten 15 Jahre berichten.

Meine erste Begegnung mit dem Medizinrad fand an vier Wochenenden im Centro CRISTALLO statt. In den vier WE ging es vor allem um das Kennenlernen der verschiedenen Himmelsrichtungen und der ihnen zugeordneten Energien.

Ich war noch Anfänger und fühlte mich etwas unsicher.

Die erste Aufgabe war folgende: Wir sollten uns mit geschlossenen Augen im Raum bewegen, uns dahin führen lassen, wo wir uns am meisten angezogen fühlen. Dort hieß es dann, stehen zu bleiben. Ich tat wie geheißen, fühlte mich dann aber unsicher, ob ich es wohl richtig gemacht hatte. Ich öffnete vorsichtig die Augen, sah, dass die anderen alle in eine andere Richtung standen, worauf ich mich auch umdrehte.

Später wusste ich, dass ich in Richtung Norden gestanden hatte und dass das genau richtig für mich war. Der Norden war die Himmels -richtung, in der ich von Anfang an zuhause war.

Dies war also schon meine erste Lektion: meinem **Instinkt** zu vertrauen. Im Norden geht es unter anderem um **Klarheit des Denkens** und **instinkt-sicheres Handeln**.

In den ersten Jahren stand für mich also die Energie des Nordens im Vordergrund. Ich liebe diese Energie. Ich liebe **den Wind**, liebe **seine Kühle**, **seine Klarheit**, aber **auch seine Strenge**. Schon immer mochte ich Tiere. Durch die Arbeit mit der Nord – Energie hat sich diese Liebe noch verstärkt. Dies zeigte sich in meiner zunehmenden Verbundenheit mit dem **Tier – Reich**.

Tiere bekamen in meinem Leben je länger, je mehr Gewicht. Mein Verständnis für ihr Verhalten hat sich laufend verbessert.

Der Kraft des Nordens zugeordnet ist **die Farbe Blau und die Heilige Zahl 4**.

Hier noch ein Beispiel, wie sich die Kraft mitteilen kann:

Wie ich wieder einmal für das Schmücken des Nordens zuständig war, ging ich los, um passende Blumen zu suchen. Kaum hatte ich einige Schritte gemacht, sah ich vor mir ein **4 – blättriges Kleeblatt**. Ich nahm es mit für den Norden. Auf dem gleichen Weg traf ich noch viermal auf vierblättrigen Klee. Ich staunte, wie die Kraft mitspielt. Wenn ich danach gesucht hätte, hätte ich bestimmt nicht ein einziges gefunden.

Die heilige Kraft des **Südens**:

Im Gegensatz zum Norden musste ich mir meine Verbindung zum Süden hart erarbeiten. Diese dauerte mehrere Jahre und war zeitweise sehr intensiv.

In jener Zeit hatte ich oft Träume vom **Wasser**. Wasser, das gestaut war (z.Bsp. in meinem Körper), oder Wasser, welches ganze Landschaften überflutete. Ich sah zum Beispiel eine riesige Flutwelle, welche über die Hügelkette am gegenseitigen Bodenseeufer brach, über den See auf mich zukam, während ich im Auto den See entlang fuhr. Ich schaffte es ganz knapp, der Flut zu entkommen.

Die Überflutung fand auch in der Realität statt. Bei einem heftigen Gewitter trat der hausnahe Bach über die Ufer. Das ganze Kellergeschoss unseres Hauses wurde dabei überschwemmt.

In kleinerem Maß wurde auch schon zweimal die Garage überschwemmt, außerdem hatten wir in jenen Jahren Probleme mit zuviel Feuchtigkeit im Haus.

Zu der Zeit hatte ich auch körperliche Symptome wie Schmerzen im Unterleib.

Anfangs hatte ich Angst, mich auf die Kraft des Südens einzulassen. Wenn ich mich dem Süden nähern wollte, hatte ich oft das Gefühl, völlig durchlässig zu werden, den Boden unter den Füßen zu verlieren, meinen Emotionen ganz ausgeliefert zu sein.

Ich fühlte mich dann ganz verletztlich und hatte das Gefühl, eine Haut zu wenig zu haben. Es konnte dann auch passieren, dass ich ins heulende Elend verfiel.

Wenn ich mich so fragil fühlte, suchte ich oft Zuflucht im **Westen, der Kraft der Mutter Erde**. Dort musste ich mich gut erden, so konnte ich mich dann ohne Angst dem Süden zuwenden.

Es war mir dabei sehr wohl bewusst, dass es mir an **Vertrauen** fehlt. Wie aber konnte ich es schaffen, bedingungslos zu vertrauen? An diesem Problem hatte ich lange zu kauen. Dann endlich ging mir ein Licht auf: der Schlüssel dazu ist die **Demut!**

Paradoxerweise hatte ich die ganze Zeit ausgeblendet, dass die **Demut** auch ein Aspekt des Südens ist.

Entdeckt habe ich sie durch das Tanzen von Moni. Sie tanzte wunderschön. Beim Betrachten ging mir auf, wie gewaltig das ganze Universum ist, und wie klein dazu der einzelne Mensch. Und doch sind wir in dieses großartige Universum eingebettet und werden gehalten. Jeder von uns ist ein wichtiges Glied davon; so wichtig dann aber doch nicht, dass das ganze Weltall zusammenbricht, nur weil wir einen Fehler machen. Das Gefühl, so in das Grosse Ganze eingebettet zu sein, relativiert die eigene Wichtigkeit und dies macht demütig. Gleichzeitig nimmt es mir aber auch die Angst, etwas falsch zu machen.

So verstanden habe ich auch keine Mühe mit der Demut. Ich hatte zuvor eine ganz andere Vorstellung davon. Es hatte für mich so etwas wie Unterwürfigkeit, sich unterordnen zu müssen, keinen eigenen Willen haben zu dürfen. Dagegen hatte ich mich gewehrt.

Nach diesem Schlüsselerlebnis liebte ich die Kraft des Südens. **Die Pflanzenwelt, der Mond, das Wasser, die zwischenmenschliche Liebe, die Demut und das Vertrauen.**

Die Farbe ist das Grün, die Heilige Zahl 3.

Jetzt kam eine Zeit, da ich den Kontakt mit dem Süden voll genießen konnte. Dieser Kontakt brachte mir viel Freude. Ich genoss die Zartheit einer Blume, konnte besser fließen lassen. Empfund eine große Liebe zur Süd-Energie.

Seither bin ich emotional viel stabiler geworden. Ich breche nur noch selten in Tränen aus. Wenn es doch mal passiert, kann ich es auch fließen lassen, kann mich aber auch schnell wieder davon lösen.

Der Lernprozess war aber damit noch nicht abgeschlossen. Es passierte mir immer wieder dasselbe:

Ich will den Süden schmücken. Stelle einen feinen, zarten Blumenstrauß zusammen. Wie ich damit fertig bin, kommt Kurt mit einer großen Blume. Er will sie mir für den Süden geben!

Oder ich bin dabei, den Süden zu bauen. Ist natürlich wieder recht zart geraten. Habe nur kleinere Steine verwendet. Jörg kommt mit einem Riesenstein. Ich schaue ihn an, schaue auf den Süd-Stein, wir sehen beide gleichzeitig die Komik der Situation und müssen lachen! – Ok., endlich habe ich kapiert.

Ich hatte bist jetzt nur den feinen, zarten Aspekt des Südens beachtet, z.B. die Zartheit einer Blume oder die Weichheit des Wassers.

Aber gerade beim Wasser habe ich doch schon erlebt, wie gewaltsam es auch sein kann. Auch in der Pflanzenwelt ist ja nicht alles klein und zart. Ein Baum kann riesig sein und verkörpert eine große Kraft. Auch eine kleine Pflanze entwickelt enorm viel Kraft, wenn sie nach dem Licht strebt. Pflanzen können auch Mauern sprengen.

Ich wollte also das Gewaltige und auch Gewaltsame des Südens nicht anschauen. Nachdem ich nun auch diesen Aspekt integriert hatte, war ich schon halb beim Thema des **Ostens**.

Die heilige Kraft des **Ostens**:

Es kommt also der Tag, da ruft mich der Osten. Ich melde mich, diese Himmelsrichtung zu übernehmen.

Da beginnen die Schwierigkeiten!

Am Abend vor dem Einschlafen habe ich einen Wachtraum: Ein Stück Holz, an dem wir arbeiten, beginnt zu glimmen und dann zu brennen. Ich sehe die Gefahr, dass ein Riesenfeuer daraus werden kann, welches alles zerstört, dies macht mir irrsinnige Angst. Ich weiß, dass ich das **Feuer** mit meiner Willenskraft löschen kann, was mir dann auch gelingt.

Dabei ist mir bewusst, dass es um mein eigenes Feuer geht. Angst vor unkontrollierbaren Wutausbrüchen. Es gab eine Zeit in meiner Kindheit, in der ich unter Jähzorn litt. Dabei hatte ich jeweils völlig die Kontrolle verloren. Dies machte mir solche Angst, dass ich fortan Ansätze von Wut möglichst gleich erstickte.

Ich habe also die Aufgabe, den Osten zu schmücken. Dabei passiert mir ein Missgeschick nach dem anderen. Immer wieder ertappte ich mich dabei, dass ich Elemente vom Süden benutzte, z. Bsp. die falsche Farbe oder die **3** anstelle der **1**. Ich vergesse auch, frische Blumen für den Osten zu bringen. Beim Feedback sage ich Süden anstatt Osten. Nuscha kritisiert mich, weil die Adlerfeder zu hoch hängt, zu dominant gegenüber dem **Licht**. (Adler = Machtanspruch.)

Feedback von Nuscha: „du bist abgeschlichen.... Thema: Macho power.... du musst etwas mit dem Osten in Ordnung bringen....“

Jemand aus der Gruppe sagt mir, dass ich im Wachtraum das Feuer nicht hätte löschen dürfen, sondern eindämmen und kontrollieren. Zum damaligen Zeitpunkt konnte ich aber ganz einfach nicht anders handeln!

Nach einiger Zeit (nach ganzen 4 Jahren) wage ich es wieder, die Verantwortung für den Osten zu übernehmen. Diesmal will ich es besser machen, will mich der Kraft stellen.

Begleitend dazu möchte ich einen Gebetsstab gestalten. Verziere den Stab, schnitze eine Sonne. Beim Versuch, den Stab zu kürzen, bricht er mitten in der Sonne entzwei!

Entschließe mich, einen neuen Stab für meine Ost-Rassel zu schnitzen. Beim abschließenden Schleifen des Stabes entdecke ich Holzwurm – Kanäle. Diesen Stab kann ich nicht für die Rassel verwenden. Was soll ich damit tun? Ich gehe damit zum Feuer, frage, was ich tun soll. Konzentration fehlt, warte die Antwort nicht ab. Lege ihn ins Feuer, um ihn zu verbrennen.

Nuscha fragt: „Übergibst du ihn?“ Ich antworte: „Er ist wurmstichig.“ Nuscha: „Bist du sicher, dass kein Wurm mehr drin ist? Willst du ihn braten?“ Darauf zeigt sie mir pantomimisch, wie es dem Wurm langsam gefährlich heiß wird. Sie sagt sehr dringend (kommt mir vor, dass sie die Hitze und die Schmerzen real empfindet): „Nimm ihn raus und wirf ihn ins Wasser.“ Wie der Stab im Wasser landet, räkelt sie sich wohlig!!

Ich bin zutiefst beschämt. Fühle mich, wie wenn ich Feuer missbraucht hätte. Achtsamer damit umgehen! Wo bleibt meine Verbundenheit mit dem Tiergeist?

Feedbackthema: Husten, Aggression, Thema Osten,
Nuscha: ...eigenes Temperament unter Kontrolle bringen...

Wie es dann darum geht, die Himmelsrichtungen zu schmücken, bin ich etwas aufgeregt und habe Durchfall.

Blumen geholt. Nehme **zur Farbe Gelb des Ostens** eine blaue Blume dazu, als Symbol des Nordens. Bitte die Kraft um Unterstützung bei der Kontaktaufnahme mit dem Osten.

Prompt fragt Nuscha: „Weshalb eine blaue Blume?“... Ich sage ihr den Grund.

Nuscha: „bei der Arbeit für den Kreis alles Persönliche rausnehmen....“ - O.K., habe verstanden.

Will noch die Adlerfeder frei machen, damit sie sich mit dem Wind bewegen kann.

Dabei fällt mir das Hölzli ab!!

Die Kerze in der Laterne rutscht aus dem Zentrum. Bin jetzt stark verunsichert. Frage Nuscha, ob es richtig ist, wenn ich im Osten bleibe. Sie antwortet, dass so enorme Prozesse geschehen können. Dafür bin ich auch zutiefst dankbar.

Nuscha rät mir: „nimm doch beim Laternli etwas Rost weg...“

Das sei Aggression, fügt hinzu: „...aber auch Lebenskraft.“

Thema Feuer: Im Kissen unter dem Rauchgefäß war ein Feuerzeug, welches ganz heiß wurde. Nuscha: „Warnung ernst nehmen!“ Gleichzeitig ist die Kerze aus dem Laternli gefallen.

Am nächsten Abend findet die Zeremonie statt. Ich hatte verschlafen, deshalb keine Zeit mehr, frische Blumen zu holen. Konnte gerade noch die welken Blumen entfernen.

Im Kreis Aufforderung von Nuscha, für die Zeremonie eine Sonnenblume zu holen. Wie ich damit zurückkomme, sagt sie zu mir: „Du hast einen strengen Job.“

Nächster Tag Abschied vom Medizinrad. Nehme Abschied vom Feuer. Nuscha beobachtet mich, scheint sich zu amüsieren. Beim Rausgehen sagt sie zu mir: „Es dauert nicht mehr lange, dann fängt ihr an, euch gern zu haben.“ Sie scheint sich über meine Entwicklung zu freuen, was mich fast etwas stolz macht.

Tatsächlich habe ich ab diesem Zeitpunkt wunderschöne Kontakte mit dem **Osten**:

- Stehe im Osten, öffne mich, so gut ich kann. Nehme eine ganz reine Licht-Energie war. Es ist eine spirituelle Energie. Ich weiß, sie ist überpersönlich. Es wird mir bewusst, dass ich mich mit dieser Energie gefahrlos verbinden kann.
- Kontaktaufnahme mit dem Osten. Sehe Licht, spüre Wärme im Sonnengeflecht, diese steigt auf ins Herz. Starkes Empfinden von Liebe und Dankbarkeit.
- Sehr starker Kontakt mit dem Feuer: Zuletzt habe ich die Wahrnehmung, wie ich mitten im Feuer sitze. Ein Lied steigt auf, ich singe das Lied für den Osten. Warme Energie steigt auf durch die Fußsohlen. Wunderschönes Licht und Klarheit. Alles ist mit Allem verbunden.

Meine Begegnungen mit der Ost-Energie haben jetzt aber auch oft einen witzigen, fast neckischen Aspekt. Es ist, als ob die Kraft mir damit helfen wollte, mich ihr angstfrei zu nähern. Dazu zwei Beispiele:

Nuscha hat Adlerfeder in den Kreis gestellt. War im Medizinrad die Süd-Feder. Sie war beim Abräumen heruntergefallen. Am letzten Wochenende hat Nuscha die Feder mit zur Quelle genommen, um sie dort zu reinigen. Wenn wir im Kreis sind, sollen wir die Feder in die Hand nehmen und mit dem Osten Kontakt aufnehmen.

Von meinem Platz aus kann ich die Feder gut sehen, sie steckt in einer kleinen Vase. Ich bin im Kreis, will dann mit der Feder und dem Osten Kontakt aufnehmen. Knie mich nieder zur Vase. Die Feder ist nicht mehr da! Hat Nuscha sie anderswo deponiert? Ich gehe aus dem Kreis an meinen Platz. Wie ich die Kreismitte betrachte, sehe ich wieder ganz deutlich die Feder in der Vase! Was ist da los?

Gehe später nochmals in die Mitte. Wiederum will ich zur Feder, um Kontakt aufzunehmen. Wieder ist sie verschwunden!? Zweifle an meinem Verstand und an meiner Sehkraft.

Zurück am Platz: Was sehe ich? Die Feder steht wieder in der Vase!

Später folgt dann die Erklärung: Einige aus der Gruppe hatten die Feder aus der Vase genommen und sind damit zum Osten gegangen. Ich hätte dies anders gemacht. Ich wäre bei der Vase geblieben und hätte von dort aus mit dem Osten Kontakt aufgenommen.

Ein weiteres Erlebnis habe ich im Alltag. Im Nachhinein erkenne ich den witzigen Aspekt darin und kann über mich schmunzeln:

Die Ost-Problematik zeigt sich bei mir im Problem, mich schlecht wehren zu können. Ich fühle mich dazu aufgefordert, daran zu arbeiten.

Dazu folgendes Erlebnis: Ich glaube, dass meine Lohnabrechnung nicht stimmt, bekam zu wenig ausbezahlt. Gleichzeitig ist noch etwas anderes nicht in Ordnung. Ich habe das Gefühl, übers Ohr gehauen zu werden und bin wütend und empört. Das will ich mir nicht bieten lassen, jetzt wehre ich mich! Ich mache einen Termin ab mit meinem Chef.

Am Vormittag arbeite ich bis 11h30. Der Gesprächstermin ist um 14h. Zwischendurch gehe ich nach Hause. Die Zeit zuhause ist sehr kurz. Muss mich schon bald wieder auf den Weg machen, fühle mich gestresst! Beim Arbeitsplatz angekommen, sehe ich, dass das Auto des Chefs nicht da ist. Gleich rege ich mich noch mehr auf: Jetzt hat er mich auch noch versetzt! Dieser Gedanke lässt meine Wut noch ansteigen. Ich gehe ins Haus, muss zuerst aufs WC. Beim Rauskommen blicke ich auf die Wanduhr: es ist erst 13h! Bin eine ganze Stunde zu früh gekommen. Wie peinlich! Damit das ja niemand mitbekommt, tue ich so, als ob ich noch dringende Arbeiten zu erledigen hätte.

Das Gespräch mit dem Chef hat mir dann den Wind noch ganz aus den Segeln genommen. In beiden Punkten hatte ich unrecht! Mein Misstrauen und meine Wut waren also völlig unberechtigt gewesen.

Im Nachhinein sehe ich dann die Komik der ganzen Situation. Es kommt mir vor wie ein Possenspiel.

Dem **Osten** zugeordnet ist die Farbe **Gelb**, **das Feuer**, **die Sonne**, **das Licht**, **die Vision und Inspiration**, **die Heilige Zahl 1**.

Die heilige Kraft des **Westens**:

Kraft der Mutter Erde, **das Dunkle**, **das Geheimnis**, **die Magie**, **die Heilkraft**, **die Meditation**. Die Farbe **Rot**, **die Heilige Zahl 2**.

Mit der Kraft des Westens habe ich mich bis jetzt noch nicht so intensiv auseinandergesetzt. Hatte aber doch immer wieder sehr schöne Begegnungen in dieser Himmelsrichtung.

Wie ich schon sagte, suchte ich beim Westen Schutz, wenn ich Angst hatte, mich für die Süd-Energie zu öffnen. Dafür bin ich zutiefst dankbar.

Im Kontakt mit dem Westen konnte ich mich mit meiner Mutter versöhnen. Fühlte mich dabei warm und geborgen, fühlte Wärme im Herzen. Sah dabei eine tiefrote Rose. Mit der Rassel frage ich, was ich tun soll? Mütterlichkeit ausdrücken? Im Kreis mit Melonen herumgehen?

Durch diese Versöhnung lernte ich auch, meine eigenen mütterlichen Anteile zu akzeptieren und zu lieben.

Ich bin der Mutter Erde auch dankbar dafür, dass sie mich trägt, nährt und dass ich überhaupt hier sein darf, um zu lernen.

Während ich diesen Bericht schreibe, passiert folgendes: Jeannette, meine Wohnpartnerin fragt mich: „Weshalb schaust du eigentlich nicht mehr zu den Zimmerpflanzen? Das hast doch du früher immer gemacht?“

Natürlich gibt es dafür äußere Gründe: meine momentane Arbeitssituation mit mangelndem Rhythmus und Konstanz.

Trotzdem gibt es mir zu denken. Eben hatte ich doch über meine gute Beziehung zur Kraft des Südens berichtet. Bin ich zu wenig verbunden mit der Pflanzenwelt, zu wenig demütig und vertrauensvoll?

Ja, es ist wohl so, dass auch eine gute Beziehung ohne meine tägliche Bemühung nicht einfach so bleibt. Jede Beziehung will gepflegt sein, damit sie lebendig bleibt. So verhält es sich auch mit den Kräften der 4 Himmelsrichtungen!

Das Lernen im Medizinrad finde ich wunderbar. Und es geht immer weiter. Darauf freue ich mich.

Marianne Inderkum 04.07.07