

## Whatsapp? - Das uralte Rad der Orientierung

als lebendiges Werkzeug zur Veränderung

**Der persönliche Coach steckt in einem unscheinbaren Armband, das, gekoppelt mit dem Smartphone, zu einer Art Lebenstrainer wird. Das Lifestyle-Programm überwacht, was wir tun und wieviel davon und zeigt auf, an welchen Stellen oder auch Einstellungen es hapert, wo unser tägliches Leben aus der Balance fällt. Zeigt auf, dass wir uns mit drei Stunden mehr Schlaf oder tausend Schritten zusätzlich zumindest auf physischer Ebene einem errechneten Ideal nähern können. Dass diese moderne Art, auf dem Laufenden zu bleiben, nicht als Lebensnavigator ausreicht? Wer begreift, dass sich die Erde nicht um ihn dreht, sondern wir alle uns auf derselben, macht sich – vielleicht - auf die Suche. Nach einem lebendigen Werkzeug für nachhaltige Veränderung. Und stößt mit ein bisschen Glück auf das uralte Rad der Orientierung, die WhatsApp der Urvölker: das Medizinrad.**

Der Steinkreis, auf die Wiese hinter dem Seminarzentrum in Hagen gelegt, wirkt auf den ersten Blick wie fast zufällig, strahlt dennoch Erhabenheit aus. Die Ordnung offenbart sich auf den zweiten Blick: Kreise, die zur Mitte führen, Pfade, die exakt nach den Himmelsrichtungen ausgerichtet sind. Winfried Bahn begrüßt jede einzelne davon, erweist der Mutter Erde, dem großen Geist seine Ehrerbietung. So ungekünstelt, dass dieser einfache Dank, dieses aufrichtige Bewusstmachen der allumgebenden Schöpfung selbst den größten Skeptiker unter den Seminarteilnehmern berührt. Nicht dort, wo sich die Ablehnung einstudierter Lobpreisungen manifestiert hat, sondern tiefer. Es ist, als brächte diese leise Berührung eine Saite der Seele zum Klingen.

Bahn ist das, was sich im Wort Schamane ausdrückt: ein Wanderer zwischen den Welten. Und eben noch war er Theoretiker am Flip-Chart, jetzt ist er Navigator durch das heilige Rad des Lebens. Er bereitet den Boden für die Suchenden. Und selbst die Rationalsten unter denen erfahren die machtvolle Wirkung des uralten Lebens-Kompass.

Die Gruppe, ein gemischtes Dutzend. Auf der Suche nach Standpunkten, nach neuer, auch beruflicher Perspektive, nach dem Schlüssel für Weiterentwicklung, für Zufriedenheit. Dass der Weg dorthin keine Gerade ist? Hat Winfried Bahn schon bei der Einführung mit einer einfachen Übung verdeutlicht: Punkt A und B verbinden – bei fast allen, getrimmt auf schnellen Erfolg, überbrückt ein kurzer Strich die Entfernung. Anfang, Ende, fertig. Bahn dagegen lässt die beiden Punkte auf einer Kreislinie balancieren. Von Anfang bis Anfang. Das Naturgesetz des Kreises. Hier, auf der Wiese, aus Steinen geformt. Willig, aber anfangs kopfgesteuert, betritt ein jeder die drei Dimensionen des Seins, die um die eine Mitte kreisen. Lässt sich ein auf seinen ganz persönlichen Lern- und Lebenspfad. Wird von Empfindungen durchgeschüttelt: es schubst und bremst, nimmt den Atem. Schritte stocken,

dann geht es leicht, beschwingt weiter. Die Emotionen werden notiert, registriert, an ihrem Platz auf der (Himmels-) Richtungsskala festgemacht. Der Weltenwanderer sieht, versteht, übersetzt.

Die Fragestellungen sind völlig unterschiedliche. Die Erkenntnisse auch. Und sie selbst sind keine Veränderungen, keine Lösungen. Sie sind eben das: Richtungsweisend. Den Weg, den sie markieren, muss, besser: **kann** jeder selber gehen. Er ist eine Option; die Wegbeschreibung, die uns das Medizinrad und sein Hüter in diesem Fall mitgeben, ein Geschenk. Da ist die junge Frau, die zwei Welten in sich trägt, ein Kind von Eltern unterschiedlicher Nationalität. Deren Begleitung im Medizinrad die Sehnsucht ist. Der oft die Stabilität fehlt. „Wenn Du Deine Wurzeln gefunden hast, dann brauchst du den Halt nicht mehr bei anderen zu suchen“, gibt ihr der Schamane mit. Und eine Möglichkeit, diese Wurzeln, in diesem Fall den Vater und seine Herkunft, symbolisch zu würdigen.

Warum die Beziehungen einer anderen jungen Frau von Gewalt und Scheitern geprägt sind? Schon die ersten Schritte offenbaren eine traurige Grundinformation: Im Osten, symbolisch im Kindsein, dreht sie wieder um, will zurück. Weil sie von der Erde als Mutter und dem Himmel als Vater gewollt ist. Von den eigenen Eltern vermeintlich nicht. Denn der Kinderwunsch des Vaters hatte sich ausdrücklich auf einen Sohn bezogen. Eine Erwartung, der das Mädchen nun nicht gerecht worden ist, fortan bis ins Erwachsenenalter ein verkapptes Schuldgefühl in sich trägt – und die Unsicherheit der eigenen Identität. Wer als Kind, beglückt auf die Welt zu kommen, Ablehnung erfährt, kann diese Enttäuschung auch in spätere Partnerschaften tragen...

Beispiele. Und kein Hokusfokus. Das Medizinrad, schon bei Inkas und Mayas bekannt, enthält die tiefgründige Symbolik des Gleichgewichts der Kräfte. Es öffnet sich im Norden, der Zeit des Winters, der Ruhe, des Wechsels zwischen Welten. Der Norden steht für Sachlichkeit, Struktur, Enthaltbarkeit. Im Osten: die Morgendämmerung, das Erwachen, der Frühling. Hier wächst alles: Ideen, Optionen, Angebote. Hier öffnet sich das Herz, werden Kinder und Visionen geboren. Der Osten formuliert Zukunft, seine Energie ist die Chance. Im fruchtbaren Süden finden wir Wachstum – er definiert die Zeit des Feuers, der Emotionalität; hier spiegeln sich Herz und Angst, Hingabe, Genuss, Leidenschaft, das Spielerische ebenso wie das Schwere, Verletzung und Schmerz im Energiemuster wider. Der Westen – die Zeit der Ernte, der Herbst des Lebens. Hier sind auch Besitz, Bestand, Glaubenssätze, Sicherheit, Schutz und Macht zu Hause. Die Wandlung im Jahresring wie auch im Lebenskreis ist fließend: Werden, wachsen, reifen, vergehen... jedes Stehenbleiben, jedes Anhalten stört die natürliche Bewegung – und löst Angst aus, verursacht Blockaden, Krankheit, Depression. Den Zyklus anzunehmen heißt, dem Lebendigen zu folgen. Allem Lebendigen. Denn zwischen Anfang und Anfang wird deutlich: in dieser Bewegung hat alles seinen Platz, seine Ordnung, seinen Wert, dient der Einzelne in seiner Entfaltung der Gemeinschaft, die Gemeinschaft dem Einzelnen, atmet die Harmonie der gesamten Schöpfung, zeigt sich die Verbundenheit eines jeden mit allem. Wer Heilung sucht, trägt im selben Atemzug zur Heilung bei.

Zu oft gefangen in übernommenen Mustern, geprägt von fremden Bildern gehen wir auf Positionssuche. Graben nach unserem Kern. Woher komme ich? Wohin gehe ich? Die Arbeit mit dem Medizinrad klärt. Standpunkte. Situationen. Gefühle, Aufgaben. Sie zeigt Pfade auf, spirituelle Wege einerseits, lebenspraktische Schritte andererseits. Ob es um den Sinn des Lebens geht, um individuelle Situationen im Beruf, in der Beziehung oder der Gesundheit: immer hilft das Medizinrad, die verborgenen Wirkkräfte hinter den vermeintlich objektiven Fakten aufzudecken. Seine Erklärungskraft reicht weit über unsere persönliche Lebensgeschichte hinaus. Es gibt Orientierung. Und verspricht Heilung. Aber nur durch Selbsterkenntnis. Es geht hier nicht um Erlösung, sondern um Erhellung. Dem Weg durch das Medizinrad muss die Initiative folgen. Wer hier seine Fragen nur umkreist, wird nie seine Mitte und damit die Balance finden. Und noch eines lehrt uns das Rad des Leben: Es geht nicht ums Wollen. Sondern ums (los) Lassen.

*Anja Schröder*