

### Medizinrad/ Lebensrad

Das Lebensrad oder auch Medizinrad\* ist uralt und interkulturell, ein Steinkreis, der nach den Himmelsrichtungen ausgerichtet ist, ein Bild, in dem alles seinen Platz findet:

der Kreislauf von Leben, Tod und Wiedergeburt,  
die Elemente mit ihren unterschiedlichen Qualitäten,  
Lebens- und Entwicklungsphasen, Gefühle...

Das Lebensrad bildet diese wie eine Landkarte ab und hilft so bei der Orientierung. Zusammenhänge werden sichtbar, Ungleichgewichte zeigen sich.

Mithilfe des Rades ist es möglich, den eigenen Standort zu bestimmen und mögliche Entwicklungsschritte zu erkennen.

Zum einen ist das Lebensrad ganz praktisch und „bodenständig“ -ein Instrument, das von Jeder\*m genutzt werden kann.

Darüber hinaus birgt es eine tiefe innere Weisheit, die eine eigene Dynamik entfaltet und Entwicklungsprozesse unterstützt.

*\*Medizin: im indigenen Sprachgebrauch fasst dieser Begriff sehr viel mehr als bei uns:*

*Medizin ist alles, was hilfreich und unterstützend ist.*

*So kann auch ein gutes Gespräch oder ein sonniger Tag „Medizin“ sein.*