

## Faszination Medizinrad: Die Medizinrad-Aufstellung

Viele kennen Familien- oder systemische Strukturaufstellungen, bei denen sich Verstrickungen zeigen und Probleme gelöst werden. Mit Stellvertretern wird der gefühlte Ausgangszustand abgebildet, analysiert und verbessert. Aufstellungen werden im Zusammenhang mit Themen der Persönlichkeitsentwicklung, bei Beziehungsproblemen, zur Klärung von Familien- und Teamdynamiken, bei Problemen in der technischen Produktentwicklung und zu Innovationsfragen, zur Klärung von sozialpolitischen Zusammenhängen, zur Verfeinerung von Projektabläufen, Drehbüchern u.v.m. angewandt. Die Verbesserungen, die innerhalb der Aufstellung erarbeitet werden, wirken sich dann "wie von selbst" in der Realität aus. In der Einzelarbeit verwendet man statt menschlicher Stellvertreter Zettel mit dem Namen der realen Personen (Elemente) oder Figuren.

In Aufstellungen werden unsichtbare - aber nichtsdestotrotz wirksame - Beziehungsstörungen und Blockaden sichtbar und werden mit geeigneten Methoden gelöst bzw. transformiert.

In der Medizinrad(MR)- oder Archetypen-Aufstellung werden die vier Bereiche des Medizinrads im Raum definiert. Nach einer Einstiegsmeditation findet jeder Teilnehmer zu seiner aktuellen und wesentlichen Frage. Diese geht oftmals viel tiefer, als die Frage, mit der er zuvor gekommen ist. Anschließend trommle ich die Teilnehmer aus. Das heißt, dass ich jeden intuitiv mit meiner Trommel bespiele. Dies bewirkt - neben einem wirklich schönen Körpergefühl - dass die Teilnehmer sehr präsent sind, geerdet, vertrauensvoll und offen dafür, feine Signale intuitiv wahrzunehmen.

Nun orientiert sich die Gruppe nach Süden (Archetyp: der/die Liebhaber/in). Jeder bekommt zum Klang eines Instrumentes, das zum Charakter der Himmelsrichtung passt, individuelle Informationen zu seiner Frage und notiert sich diese stichpunktartig. (Dies ist wichtig, weil die Informationen aus den vier Feldern oft sehr flüchtig sind und wie ein Traum nach dem Aufwachen rasch verschwinden.) Die Informationen tauchen in Form von Bildern, Ahnungen, Begriffen, Körpergefühlen oder Filmsequenzen auf. Dann richtet sich die Gruppe nach Westen, Norden und zuletzt Osten aus. Nach dem "Befragen" alle vier Himmelsrichtungen wird mit verschiedenen Frage- und Coachingmethoden aus den Notizen und Erinnerungen für jeden Teilnehmer die Botschaft dieser Antworten in leicht verdaulicher Weise erarbeitet.

Je ehrlicher und mutiger die "wesentliche" Frage gestellt wird, desto profunder und hilfreicher sind auch die Antworten.

Warum heißt dieses Format Medizinrad-Aufstellung? Wie in anderen Formen von Aufstellungen steht der Stellvertreter auf bestimmten Plätzen im System des Aufstellers und empfängt individuelle und system-relevante Informationen. Hier steht der Teilnehmer selbst auf den vier Plätzen im Medizinrad seines Systems und bekommt Informationen separiert aus den vier Teilbereichen. Normalerweise weiß jeder selbst, was für ihn die beste Antwort ist, hat lediglich nicht immer Zugang zu diesem inneren Wissen. Nach der Einstiegsmeditation, dem Austrommeln und dem strukturierten Nacheinander der vier MR-Felder gelingt es den Teilnehmern sehr leicht, den Information aus ihrem Feld zu lauschen, diese zu verstehen und umzusetzen.

Medizinrad- bzw. Archetypen-Aufstellungen biete ich in Gruppen und in Einzelarbeit an. In Gruppen unterstützen die Gruppendynamik und die "zufällig" richtige Zusammensetzung der Gruppe die Prozesse jedes Einzelnen. Einzelarbeit bietet sich an, wenn sehr emotionale, schambesetzte oder geheimzuhaltende Themen zu bearbeiten sind.

Hier ein ausführliches Beispiel einer Medizinrad-Aufstellung und im Anschluss einige Fragen, mit denen die Teilnehmer zunächst zur gekommen sind und wie sich diese nach der Einstiegsmeditation geändert haben.

Ausgangsfrage: "Soll ich in meinem (Bank-)Job bleiben oder mich auf eine Stelle in einem anderen Finanzinstitut bewerben?" Die "wesentliche Frage" nach der Meditation: "Was ist mir beruflich wichtig? Wofür brenne ich?" Im Laufe der Arbeit kristallisiert sich heraus, dass der Teilnehmer seit Beginn seiner Berufstätigkeit immer am Rande eines Burnouts steht und seine "Daseinsberechtigung" nur über Leistung definiert. Er erkennt, wie er damit Muster seiner Herkunftsfamilie fortschreibt - nur inzwischen nicht mehr seinem Vater sondern seinem Chef gegenüber. Im Coaching erarbeiten wir für ihn eine brauchbare Strategie, um diese automatische Überschreitung seiner eigenen Grenzen zu stoppen und finden heraus, was für ihn persönlich wichtig ist und wofür er sich beruflich einsetzen möchte.

Er erkennt, dass er dies mit vertretbarem Aufwand und Mut im vorhandenen Job umsetzen kann. Unsicher ist hingegen, ob dies im neuen Job auch möglich wäre. Er beschließt, seinen Job zu behalten und innerhalb einer Woche ein Gespräch mit seinem Chef zu führen. Für dieses Gespräch wird er gründlich vorbereitet. Nach drei Monaten teilt er mir per Mail mit, dass er mit seinem neuen Plan bei seinem Chef offene Türen eingermannt hatte. Dieser wollte seinerseits ein Gespräch. Die Arbeitsplatzbeschreibung wurde in beidseitigem Einvernehmen so angepasst, dass der Teilnehmer mit der getroffenen Entscheidung höchst zufrieden war.

Ausgangsfrage: "Soll ich als Beraterin selbständig bleiben oder mir wieder einen neuen Job suchen?" Die "wesentliche Frage" nach der Meditation: "Was überschattet meinen beruflichen Weg als Frau und nimmt mir den Mut, mich selbst zu verwirklichen?"

Ausgangsfrage: "Welche meiner Fähigkeiten kann ich innerhalb von drei Monaten zu Geld machen?" Die "wesentliche Frage" nach der Meditation: "Was muss ich verändern (bzw. loslassen), damit mein Lebensfluss wieder klar ist und sprudelt?"

Ausgangsfrage: "Kinder oder Karriere?" Die "wesentliche Frage" nach der Meditation: "Wo stehe ich gerade? Und was kann ich tun, um wieder in meine Mitte zu finden und von dort aus gute Entscheidungen für mich zu treffen?"

Die Beantwortung der "wesentlichen Frage" ist stets die Voraussetzung zur Beantwortung der mitgebrachten Frage - oder die Teilnehmer merken, dass sie mit der mitgebrachten Frage nicht den Kern ihres Problems adressiert haben.

Zusammenfassung: In MR-Aufstellung stehen die Teilnehmer nacheinander in allen Feldern des Medizinrades und erhalten über einen geklärten Zugang zu ihrem inneren Wissen wertvolle und gut umsetzbare Informationen. Mithilfe von Frage- und Coachingmethoden kristallisieren sich aus diesen

Informationen klare, verständliche und umsetzbare Antworten zur "wesentlichen, aktuellen Frage", die meist tiefer geht, als die mitgebrachte Ausgangsfrage.

Aktuelle (meist berufliche) Themen weisen in der Medizinradaufstellung unmittelbar auf dahinter liegende Lebensthemen. Diese zeigen sich und bieten sich an, sanft und einfühlsam gelöst zu werden. Es zeigen sich stets nur die Themen, die reif sind und in einer Intensität, die für den Teilnehmer/Klienten leicht annehm-/umsetzbar sind.

Kundenstimmen zur Medizinradaufstellung finden Sie auch unter <http://www.leben-am-punkt.de/kundenstimmen>.

Im letzten Kapitel dieser Reihe *Faszination Medizinrad* beschäftigen wir uns mit der Frage, wie schamanisch meine Art ist, mit dem Medizinrad zu arbeiten.