

## *Medisinhjulet.*

*Dette er et kurs hvor en gammel indiansk filosofi blir brukt som et "kart" for lettere å navigere gjennom livsprosesser, - fra problem til løsning. Det finns mange forskjellige utgaver av et medisinhjul, men de har stort sett den samme grunntanke. Den varianten vi skal benytte er en filosofi som dels tilhører den nordamerikanske og dels den inuittiske kultur.*

*Et medisinhjul består i hovedsak av en sirkel med et sentrum, hvor senteret er origo tilsvarende den sanneste kilde i oss selv,- ikke det som er tillært av roller og mønsterpreget livsholdninger, men den originale kilde av oss. Sirkelen er videre delt inn i fire akser mellom de ulike himmelretninger. Størrelsen på et medisinhjul kan variere, det er hvordan vi opplever vår verden ut ifra vårt eget sentrum som er det viktige.*

*Deltakerne deltar i plassering av stenene (i alt 20 stk.) ut i terrenget, hvor hver sten har en bestemt symbol og hensikt, og hvor hver himmelretning tilsvarende retninger i livet. Vi gjennomgår ulike eksempler på bevegelser i Medicine Wheel, fra et tenkt problem til en konkret løsning. Vi vet alle svarene i oss selv, og denne arbeidsmetoden er med på å hente frem de svarene vi har bruk for. Mange har vel opplevd at selv om vi "vet" hvordan vi skal sette valg ut i livet, så er det ikke like lett å omskape ideene til handlinger. Ved bruk av medisinhjulet "tvinges" vi til å foreta oss noe, og et hvert steg i en eller annen retning er bedre enn passiv betraktning.*

*Ved å benytte et medisinhjul vil vi oppleve at vi skaper kraft i det. Fordi bruken er en hellig handling, og dette skaper derfor et hellig punkt, akkurat som en bestemt plass i naturen som vi oppsøker gjentatte ganger.*

*Bli med på en spennende reise i medisinhjulet.*

*Vanlig varighet alt etter størrelse på gruppen: lørd. Kl. 10 – 18 /Søn. Kl. 10 -16*

*Pris: På forespørsel, men fra **kr. 1650,-** beroende på sted.*

*Behov: Skrivesaker, sitteunderlag*

*Kursleder: Leif Havik*

*Velkommen!*