

**SUSANNE TÜRTSCHER**  
**DIE JAHRESZEITEN DER SEELE - 24H DRAUSSEN**  
**DAS MEDIZINRAD**

---

**Leitung**

Susanne Türtscher und Christoph Frick  
Buchboden 35, 6731 Sonntag,  
www.susanne-tuertscher.at,  
info@susanne-tuertscher.at  
T +43 664 9598 167

**Termin**

Freitag, 19. - Samstag, 27. Juni 2020  
14 Uhr - 17 Uhr

**Anmeldung**

unter [www.susanne-tuertscher.at/Anmeldung](http://www.susanne-tuertscher.at/Anmeldung)

**Ort**

Kräuterhaus Mühle  
Buchboden 11, 6731 Sonntag  
und Auszeit Alpe Klesenza oder Unter Überlut

**Kosten**

Seminarpauschale (9Tage) 980 Euro  
inkl. Übernachtung, Verpflegung, Transfer auf die Alpe  
und zusätzliche Kosten auf der Alpe.

*Suchet in Euch, so werdet Ihr alles finden und freut  
Euch, wenn da draußen, wie Ihr es immer heißen möget,  
eine Natur liegt, die ja sagt, zu allem, was Ihr in Euch  
gefunden habt.  
(J.W. von Goethe)*

*„Im Medizinrad lassen sich nicht nur die menschlichen  
Entwicklungsphasen mit ihren jeweiligen Aufgaben  
betrachten – es veranschaulicht auch ihre Beziehung und  
Übergänge zueinander und wie man zwischen ihnen eine  
Mitte, eine Balance finden kann.“  
(Silvia Koch Weser)*

**Inhalt**

Die Plätze und Qualitäten im Medizinrad (Jahreskreis) zu erforschen und in der Natur auf Entdeckungsreise zu gehen, das kann lustvoll und herausfordernd zugleich sein.

Die Natur als Spiegel meiner tiefsten, inneren Wirklichkeit erfahren. Die Natur möchte dich einladen, offen und in kindlicher Neugierde in sie einzutreten. In ihr ist alles da, was du suchst und in ihr ist alles richtig. Sie möchte einladen, dir selbst, deiner inneren Natur, deiner grundgelegten Wahrheit und Weisheit zu begegnen. In ihr findest du die Lösung, sie ist dir eigene Therapeutin, Begleiterin und Lehrerin. Ihr mütterlicher Schoß ist geduldig und möchte deinen Wandlungsprozess unterstützen und schützen.

Früher galten die Himmelsrichtungen als wesentliche Orientierungspunkte, um sich in der Wildnis zurechtzufinden.

Sie waren wie eine kosmologische Landkarte. Der Kreis mit den Richtungen, das Medizinrad, galt als Zeichen universeller Lebenskraft. Alles, was sich da draußen in der Natur vollzieht, vollzieht sich auch im Inneren unserer Seele. So stellt das Rad heute bei der Zuordnung innerer Seelenplätze ein Hilfsmittel für innere Balance dar.

Das Jahr schenkt uns vier wesentliche Qualitäten in seinen Jahreszeiten. Auch unsere Seele geht immer wieder durch innere Jahreszeiten. So steht der Osten für den Frühling, für den Neubeginn, das aufbrechende Leben, die milde Qualität der Sonne – die Intuition, die Kreativität, die Gnade. Der Süden für den Sommer, den Höchststand der Sonne und auch ihrer Wende. Die Zeit in der tausend Blüten offen stehen und sich vom Wind wiegen lassen – die Emotion, die Sinneswahrnehmung, die Erotik. Der Westen für den Herbst, die Herbststürme, den Sonnenuntergang, das Ungewisse die Lebensfrage: Wer bin ich? – Die Lebenslüge: Lebe ich, oder lebe ich das, was andere von mir wollen? Die Gefühle, die Psyche. Der Norden für den Winter, der das Leben im Erdschoß durchträgt, den Nordstern, der uns Orientierung gibt – die Klarheit, die Eigenverantwortung für mich und die Umwelt. In der menschlichen Seele ist dieses Bild der Jahreszeiten eingepägt und ist wie ein Diagnoserad bei Entscheidungen, Handlungen oder den Herausforderungen der Lebensübergänge. Indem wir bereit sind uns diesem ständigen Wandel hinzugeben, alle Qualitäten integrieren, erleben wir uns selber als heil und wir sind im Einklang und erfahren den inneren Frieden.

## **Zugänge**

Jeder Tag ist einer Qualität, einer Himmelsrichtung gewidmet um sich selbst in dieser zu erfahren. Nach einer Einführung in das jeweilige Schild gehst du mit einer Naturübung in diese Qualität.

## **Methoden**

Die Arbeit beruht auf dem Fundament der initiatorischen Naturarbeit, der Übergangsrituale alter Stammeskulturen. Ausgegraben und erforscht von Meredith Little und Stefan Forster (Schools of lost Borders)

## **Ablauf**

5 Tage Vorbereitungszeit, Übungen in der Natur und Klärung der persönlichen Absicht, Kennenlernen von Techniken am ganz persönlichen Platz für die Zeit draußen, Finden des eigenen Platzes, Informationen zum Fasten und zum Sicherheitssystem.

In der Vorbereitungszeit erkunden wir die 4 Qualitäten der Richtungen im Jahreskreis. Jede dieser Richtungen steht für eine Jahreszeit, Qualität in meiner Seele. Sie zu erkunden und miteinander in Balance zu bringen, kann der Gewinn dieser Arbeit sein. Jeder Himmelsrichtung ist ein Tag gewidmet.

## **Schwellenzeit: auf der Alpe Klesenza oder Unter Überlut**

24 Stunden Auszeit in der Natur, von Sonnenaufgang bis Sonnenaufgang, während dieser Zeit wird im Lager für Dich Wache gehalten.

## **Rückkehr**

Rituelles Empfangen in der Gruppe, feierliches Fastenbrechen, Erzählen der Erfahrungen und der Geschichte in der Zeit draußen, Spiegeln der Geschichte, Integration in den Alltag, Auseinandergehen.

## **Mitzubringen**

Ausrüstungsliste für das Wochenende

- Gute, wetterfeste Kleidung (da wir viel draußen unterwegs sind)
- knöchelhohe Bergschuhe (Profilsohle)
- Wolldecke
- Hausschuhe
- Tagesrucksack mit folgendem Inhalt: Sitzunterlage, kleines Erste-Hilfe-Paket, Trinkflasche, Sonnenschutz
- für die Solozeit einen Tramperrucksack

## **im Tagesrucksack für 24h draußen**

- Großes Mehrzwecktuch, Feldflasche 1L Wasser, Traubenzucker zur raschen Energiezufuhr im Notfall, Wollmütze, Handschuhe, Windjacke, Trillerpfeife mit Schnur, Taschenlampe, Rettungsfolie, Notizblock, Sonnenschutz
- Extras: Sonnenbrille, Biwaksack

## **Ausrüstungsliste für 24h draußen**

- Schlafsack bis -5°C Komforttemperatur (Isomatte als Unterlage)
- Kleidung für warmes Wetter und Kälteeinbruch (Jacke, Wollmütze, Handschuhe, Wollsocken, lange warme Unterwäsche usw.)
- Regenhose und warme regendichte Jacke
- Wetterfeste Schuhe
- Zeltplane oder Plastikplane 5x3 Meter mit Ösen und zweite Plane als Unterlage (Schutz vor Sonne oder Regen)
- Schnur (etwa Wäscheleindick, ca. 30 Meter)
- Taschenmesser
- Trillerpfeife
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Großes Mehrzwecktuch (Kopftuch, Umhang, Bandage usw.)
- Wasserbehälter 3 Liter (Feldflasche 1 Liter)
- Sonnenschutz, Sonnenhut und Lippenschutz
- Ein Naturgeschenk für den Platz
- 2 große Plastiksäcke (4 kleine Plastiksäcke für Müll und nasse Schuhe)
- Tagebuch und Stifte
- Kristallsalzstein (Zufuhr von Mineralien während dem Fasten)
- Traubenzucker (zur raschen Energiezufuhr im Notfall)
- Elastische Binde, Mullbinde
- Rettungsfolie
- Rassel