

**Begib Dich auf eine besondere Reise in
Dein Inneres - die
indianische Schwitzhütte erwartet Dich!**



Betrachte den Raum und die Zeit als heilig.

Sei zentriert in Dir.

Sei Achtsam mit Dir, der Natur, den anderen
Menschen und Dingen.

Sieh alle Handlungen als Ritual.

Sei offen für die Wunder dieser Welt.

Die Schwitzhütte besteht im Aufbau aus einem Weiden- oder Haselrutengeflecht, welches in der Form einem Iglu gleicht. Dieses wird in mehreren Schichten mit Decken abgedeckt, so dass im Inneren absolute Dunkelheit herrscht. Draußen vor dem Eingang wird ein heiliges Feuer erbaut, in dem die Steine erhitzt werden. Der Feuermann bringt sie ins Innere der Schwitzhütte, in ein in der Mitte eingelassenes Loch. Die Teilnehmer sitzen im Kreis in der Hütte, welche symbolisch den Bauch unserer "Mutter Erde" verkörpert. Nun werden in Begleitung von Trommel, Rassel und Gesang unsere Gebete, Bitten und Danksagungen an den Schöpfer weitergegeben.

Wir gestalten unsere Schwitzhütte als heilige Zeremonie, nicht streng in der Tradition indianischer Religion. Daher ist sie offen für alle Menschen und alle Glaubensrichtungen, die für das Wohl des Lebens beten. Eine Schwitzhütte ist für uns ein Ort der Reinigung und Erneuerung und ein geschützter Raum für Heilung auf allen Ebenen.



**In der Schwitzhütte verbinden wir uns mit
allen Elementen:**

- Die Erde, auf der wir sitzen und die das aufnimmt, was wir in der loslassen
- das Feuer in Form der heißen Steine
- Die Luft (heißer Dampf)
- das Wasser
- die Kräuter, die auf den Steinen geräuchert werden, vertreten das Pflanzenreich,
- die Decken (ursprünglich wurden Tierfelle verwendet), zum Abdecken der Hütte und die Tierhaut der Trommel stehen für das Tierreich



**Es gibt viele verschiedene spirituelle Wege,
doch eines haben alle gemeinsam: Es sind
Wege des Lernens auf der Suche nach Heilung.**

Mitakuye oyasin

„Danke allen meinen Verwandten“ oder „Für alle meine Verwandten“. Das sagt man beim Betreten einer Schwitzhütte. Es ist ein Zeichen von Dank an und Respekt vor der Schöpfung,



Michael Both



**Karen Tiedemann
(Power Angel Woman)**

Indianische Schwitzhütte

*Freitag, 04. November 2011 18:00 Uhr -
Sonntag, 06. November 2011 ca. 16:00 Uhr*

*Lichthof Betzendorf
Dorfstraße 14 21386 Betzendorf*

*Energieausgleich 240,00 Euro incl.
Übernachtung und Vollpension*

Anmeldung:

Tel.: 04123 - 684452

www.geistheiler-groendahl.de

Das Ritual

Das Ritual, die Hitze und die absolute Dunkelheit in der Hütte können zu einem Aufheben von Raum und Zeit und des gewohnten Denkens führen. Die Zeremonie hat eine starke, reinigende und erneuernde Wirkung für Körper, Geist, Gefühl und Seele. Selbsterkenntnis und Veränderung werden möglich. Ängste, Sorgen, Probleme, alte Muster, Unnötiges und behindernde Gewohnheiten können in diesem besonderen Raum geheilt werden. Altes wird über den Schweiß an die Erde abgegeben, um Platz für Neues zu machen. Kraft und Klarheit entsteht. So kannst Du Zugang finden zu Deinen inneren Schätzen und Stärken.

Du selbst entscheidest, wie tief Du in deinen Prozess eintauchst!



Ablauf



Die Zeremonie läuft insgesamt in ca.4 Runden ab. Nach jeder dieser Runden folgt eine Pause, in der die Tür geöffnet wird, frische Luft herein kommt, neue Steine hereingebracht werden und auch Wasser gegeben wird. Während der Runden gießt der Schamane Wasser auf die glühenden Steine. Der aufsteigende Wasserdampf reinigt und läutert uns und trägt die Gebete der Teilnehmer hinauf zu unserem Schöpfer. Wir werden beim Verlassen der Hütte symbolisch neu geboren.

Mit einem gemeinsamen Essen beschließen wir die Nacht.

Am nächsten Morgen, nach einer gemeinsamen Gesprächsrunde, bauen wir gemeinsam die Hütte wieder ab.

Wir freuen uns auf Dich, auf eine gemeinsame Zeit der Reinigung, der Erneuerung und der Heilung.