



# Sonnenwendschwitzhütte

**21.06.2019**

An diesem besonderen Tag der Sonnenwende, begeben wir uns wieder in den Bauch von Mutter Erde. Das Thema dieser Schwitzhüttenzeremonie ist die Heilung der Geburt und daraus möglicher entstandener Traumata, die noch vereiste Gefühle in uns verankern und uns daran hindern können, wirklich voran zu kommen. Die Schwitzhütte an diesem Tag bietet dafür den rituellen Rahmen und ist zugleich eine Heiltherapie. Die Schwitzhütte mit ihrer Kuppel gleicht nach der traditionellen Erklärung dem Bauch einer schwangeren Frau, die auf der Erde liegt. So kehren die Teilnehmer in den Bauch der Mutter und der Mutter Erde zurück und erleben durch die rituell aufgerufenen Energien eine Reinigung, Erneuerung und Neuschöpfung ihrer Lebensenergie. Du wirst neugeboren. Wir laden die Kräfte der Schöpfung, die Spirits, unsere Ahnen und weitere Helfer ein, uns zu unterstützen und zu heilen.

Seminarablauf: Beginn um 12:00, Vorbereitung des Ritualplatzes

Eindecken der Schwitzhütte, Vorbereitung des Feuers, Feuermann/Frau wählen, Entzünden des Feuers, Anfertigen der TabacoTies, Durchführung der Zeremonie, Ausklang

Mitzubringen sind: Schreibunterlagen, Bademantel, evtl. Badelatschen, 2-3 Große Handtücher

Die Männer Tragen in der Schwitzhütte Badeshorts oder ähnliches und die Frauen Badeanzug/T-Shirt, auf jeden Fall soll es bequem sein.

Ein kleines Geschenk (Give away) für den/die Feuerhüter

Jeder bringt bitte ein paar Felssteine in der Größe von ca. 10 -15 cm mit (kein Flintstein).

Da wir die meiste Zeit im Freien verbringen, bitte entsprechende Kleidung tragen.

Anmeldung bei: Andreas Helmer      Stockseer Str.1, 24638 Schmalensee  
Tel. 04323-805875      a\_helmer@t-online.de