



Einladung zur Schwitzhütte (Sweat Lodge)

Heilung und Wiedergeburt in der Gebärmutter von Mutter Erde

Die Schwitzhütte wird traditionell zur Reinigung, Visionssuche sowie zur Heilung von Körper, Geist Und Seele genützt. Sie wird heutzutage meistens mit den Nordamerikanischen Indianern in Verbindung gebracht, allerdings nutzten bereits eine Vielzahl anderer Urvölkern diese Methode. Archäologische Funde zeigen dass die Schwitzhütte bereits in China, Russland, der Mongolei, sowie der Polnischen Heilkultur genutzt wurde. Die ältesten Funde datieren bis zu 5. Jhd. vor Christus bei den Skythen (heute Südrussland).

Für uns ist die Schwitzhütte heutzutage ein transpersonelles Werkzeug das rituelle und symbolischer Bedeutung hat, jedoch zugleich eine spirituelle Zeremonie die für Gebet und Heilung benutzt wird. Zur Erreichung eines veränderten Bewusstseinszustandes und der Verbindung mit der Geisteswelt werden natürliche Elemente genutzt: Hitze, Enge und Dunkelheit.

Der Besuch in der Sweat Lodge symbolisiert Tod und Wiedergeburt. Das Ritual dient dazu das eigene Leben zu durchforsten, seinen Platz darin in Dankbarkeit zu erkennen, und altes, nicht mehr benötigtes loszulassen, so dass wir eine neue Etappe unseres Lebens beginnen können und sozusagen "wiedergeboren" werden.

Die Schwitzhütte ist mit den in alle Richtungen wirkenden Kräften des Universums verbunden: Nach Oben mit dem Vater Himmel, nach unten mit der Mutter Erde und dazwischen liegt die ganze Welt, repräsentiert durch die 4 Himmelsrichtungen - Ost, Süd, West und Nord. Die Schwitzhütte symbolisiert die Gebärmutter, dem Universum. Wir kriechen auf unseren Knien in sie hinein und erlauben uns wieder wie Kinder zu werden, verletzlich und offen. Denn nur durch diese Öffnung und die wiedererlangte Verletzlichkeit können wir unsere emotionalen Traumata, Ängste und selbstauferlegte Limitierungen loslassen. Wenn wir dann die Lodge wieder auf den Knien verlassen danken wir Mutter Erde für die Heilung.

Intention mit Integrität ist der Schlüssel zum positiven Ausgang der Zeremonie und es wird gesagt dass die Schwitzhütte dann auf das reagiert was jeweils von den Besuchern gebraucht wird. Die Schwitzhütte heilt seelische Narben und dient der Rückführung von Seelenteilen die bei einem traumatischen erleben abgespalten wurden. Sie gibt der Seele die Möglichkeit heimzukehren.

Nun ist die richtigen Zeiten um zusammen zu kommen und ein Feuer zu entfachen. Mit Hilfe unserer Ahnen und all der heiligen Kräfte, die uns begleiten werden. Den Tag in Zeremonie verbringen und bei glühenden Steinen für unsere Heilung und die Heilung all unserer Verwandten zu bitten, für unser höchstes Wohl und zum Wohle aller Kinder von Mutter Erde. Auf das wir bewusster, leichter, gereinigter, heiler, kraftvoller, liebevoller, freudvoller, mutiger und dankbarer in unser neues Leben treten.

Wir freuen uns auf eine kraftvolle und magische Schwitzhütte mit Euch

Lera und Heinz Gerd

Deine Vorbereitung:

Für die Schwitzhütte bitte zusätzlich mitbringen: zwei Handtücher, evtl. eine Decke, Plastiktüte für die Kleidung, Arbeitshandschuhe (für Holz, Steine) da wir die Schwitzhütte zusammen aufbauen. Normalerweise betreten wir die Lodge nackt, wer sich aber damit nicht wohl fühlt, kann einen Badeanzug oder Shorts mit bringen (nicht synthetisch, am besten Baumwolle), Frauen können sich aber auch in Tücher / Lunghis hüllen. Keine Brillen, Kontaktlinsen, Schmuck, Ketten oder Ohrringe in der Lodge.

Ausserdem ist es üblich kleine Geschenke für die Schwitzhütte, die Geister und das Feuer mitzubringen z.b. kleine Tabakbündel, Salbei bzw. Räucherkräuter oder etwas in der Art. Es ist zu empfehlen (und üblich) vor der Sweatlodge zu fasten (mindestens ab Vormittag bis nach der Lodge) und tagsüber viel Wasser zu trinken. Idealerweise mehrere Tage keinen Alkohol oder Drogen zu sich nehmen. Falls Du Gesundheitsprobleme wie z.B Hoher Blutdruck, Asthma etc. Bitte mit Doktor abklären und und unbedingt mitteilen.

Die Schwitzhütte ist die Vorbereitung für das Energiereinigungsseminar “**Energy Detox**” am Wochenende, kann aber auch einzeln gebucht werden. Energieausgleich €100. Bei Anmeldung für alle 3 Tage **Energy Detox** Ermässigung auf €75. 16 Teilnehmer maximal.

Anmeldungen bei: Natasza: natasza71@gmail.com, oder gerdlangemain@googlemail.com,

Adresse: 59-800 Uniegoszcz, ul.Sosnowa 1, Luban (Lauban) - http://mapa.targeo.pl/Sosnowa_1,19,15.3095262,51.1032600?l=2c7e28836ea11953

