

Indianisches Schwitzhüttenritual

Die geistigen Kräfte der Schwitzhütte unterstützen uns dabei, Blockaden im physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Körper wahrzunehmen, zu transformieren und dann liebevoll loszulassen.

Die Schwitzhütte ist der Ort, an dem wir uns wieder innig mit Mutter Erde, den Elementen, den geistigen Ebenen und der Liebe verbinden.

Sie gibt jedem die Chance, alten Ballast abzuwerfen, Blockaden im Inipi zu lösen und den Steinen und Mutter Erde mitzugeben. Nutzt die Möglichkeit nach Schwitzen, Trommeln, Meditieren, Beten und Singen das Inipi wie neugeboren, voller Kraft, Energie und Lebensfreude zu verlassen!

Wichtig >> Mitzubringen:

- Bademantel und -schlappen - Handtuch oder leichtes Umhängetuch o.ä. für die Schwitzhütte - 2 große Bade- oder Saunatücher - ein Stück Lebensholz als Opfertgabe fürs Feuer - persönliche Kraftgegenstände zur Aufladung auf dem Altar - wer hat, Trommeln, Rasseln etc. - je nach persönlichem Bedarf etwas Verpflegung

Wichtig >> Beachten:

Es wäre vorteilhafter und gesünder, an diesem Tag weniger oder gar nichts zu essen, damit der Körper durch die Verdauungsarbeit und die Hitze in der Schwitzhütte nicht überanstrengt wird. Dadurch wird auch der Übergang in den Entspannungs- und Trancezustand erleichtert.

Frauen in der Mondzeit

Der weibliche Zyklus (Menstruation) wird bei den Indianern "Mondzeit" (moontime) genannt. In dieser Zeit wird die Frau von der Natur gereinigt. Die traditionellen indianischen Frauen betrachten ihre Mondzeit als eine mystische Erfahrung der Wahrheit.

In der Überlieferung heißt es, dass die Schwitzhüttenzeremonie vor allem den Männern gegeben wurde, die nicht über diesen natürlichen Reinigungsprozess verfügen. Daher werden in vielen indianischen Traditionen nur getrennte Zeremonien für Männer und Frauen durchgeführt. Und Frauen, die in ihrer Mondzeit sind nehmen an den heiligen Zeremonien nicht teil, sondern ziehen sich zu ihrer eigenen Zeremonie zurück, zum Gebet und zur Kontemplation unter Frauen, in die Mondhütte.

In den Elementarkreisen strebe ich ein Miteinander der Geschlechter an, was ja auch in der Symbolik der Channunpa (Heilige Pfeife) zum Ausdruck kommt. Daher gehen wir auch gemeinsam in die Schwitzhütte. Daher überlasse ich es der Eigenverantwortung der Frau und ihrem Respekt gegenüber den anderen Teilnehmern der Zeremonie, ob sie während der Mondzeit mit in die Schwitzhütte geht oder nicht.

Übernachtung (incl. Frühstück 15,- €) ist im Tipi oder Matratzenlager möglich!