

Schwitzhüttenritual



Die Schwitzhütte gilt bei allen Naturvölkern der Erde als eine der stärksten und wirksamsten Heilungszeremonien, zur Reinigung von Körper Geist und Seele.

Eine ursprüngliche Bezeichnung der Lakota-Sioux-Indianer für die Schwitzhütte, „wakan tunka tipi“, bedeutet "Hütte der heiligen Steine" oder "wo die Steine zu Dir sprechen".

Eine indianische Schwitzhüttenzeremonie ist sehr wohltuend, reinigend, unterstützt die Selbstheilungskräfte und tiefe, innere Stille und Frieden kann empfunden werden.

Es ist ein über 5000 Jahre altes Ritual des Gebets und der ganzheitlichen Reinigung. Ein geschützter Raum für Danken, Bitten, Geben, Nehmen und Visionen. Dort wirken die vier Elemente und die Verbindung zu Allem was ist.

FEUER zum Erhitzen der Steine.

WASSER zum Erwachen der Steine. Erlaube die Wirkung des

ATEMS (LUFT) der Steine und die Energie von Mutter

ERDE in deinen Körper zu gelangen.



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, jener Quelle, aus der wir alle entstammen. So können wir Zugang zu unserem wahren Potential bekommen und uns selbst als heile, heilige, ganze Wesen erleben.

Was genau in einer Schwitzhütte passiert, ist schwer beschreibbar, man muss es einfach erleben. Hier der Versuch, den Ablauf in Worte zu fassen:



Du begibst dich nach intensiver Vorbereitung in den Schoß von Mutter Erde, die dir Geborgenheit und Schutz vermittelt. Draußen brennt das Feuer, der Feuerhüter ist verbunden mit der Energie von Vater Sonne. Du nimmst Platz und spürst die Kraft und Energie, die über den Mondhügel in die Schwitzhütte fließt. Die ersten Steine kommen herein, rotglühend wie die Sonne selbst.

Der Eingang wird geschlossen und in der Dunkelheit spürst du jetzt auch die spirituellen Kräfte, Wesenheiten und Energien, die sich hier mit den Menschen, die

um Reinigung und Heilung bitten, versammelt haben. So wird in mehreren Runden die gesamte Schöpfung nachvollzogen, begleitet von den Worten des Schwitzhüttenleiters, getragen von Trommeln, Liedern, Gebeten, Kräuter- und Wasseraufgüssen bis dich Mutter Erde wieder aus ihrem Schoß entlässt und du wie neu geboren wieder zurückkehrst in deine Welt.

***Unsere Wissenschaft hat bewiesen, was den Indianern schon tausende von Jahren bekannt ist.**

Auf Grund des negativen Ionen-Austausches in der Schwitzhütte, wechselt die Hirnaktivität von der linken Gehirnhälfte zur rechten. Das heißt, die Gefühlsseite wird stärker aktiviert, während die Verstandesseite zurück tritt. Aus diesem Grund ist es möglich, negative Lebensprogramme zu erkennen, die darauf gebundenen Emotionen abfließen zu lassen und somit zu erlösen.

*Forscher Dr. Victor Beasley (beschrieben in seinem Buch "Elektro-Vibratory Body")

Die indianische Schwitzhütte bietet die Möglichkeit:

- die Selbstheilungskräfte zu aktivieren
- in die eigene Mitte/ Balance zu finden
- innere Stille und tiefe Entspannung zu erleben
- neue Sichtweisen und Erkenntnisse über sich selbst und das eigene Leben zu erlangen
- Klarheit über das eigene Leben und über die eigene Zielsetzung zu gewinnen
- das Kennenlernen/ Erleben der indianischen Heilmethoden in der Natur
- der ganzheitlichen Reinigung (physisch, emotional, mental, und spirituell)



Eine Schwitzhüttenzeremonie ist nicht an eine bestimmte Religion gebunden, sondern orientiert sich viel mehr an religions- und kulturübergreifenden Gesetzmäßigkeiten.