

# Schwitzhütte oder Die Heilige Hütte der Steinleute

Eine starke Zeremonie, die Reinigung oder sogar Heilung für Körper, Verstand, Gefühl und Seele möglich macht.

Die Steinleute waren die ersten Wesen hier auf Mutter Erde, bevor die Pflanzenleute, die Tierleute und dann wir Menschen kamen. Wir sind die letzten, die kamen. Inzwischen meinen wir entweder, die Krone der Schöpfung zu sein (ganz oben auf der Leiter), oder, mit den anderen Leuten nichts zu tun zu haben. Welch ein Irrtum. Wir sind die am meisten abhängigen Wesen. Alle anderen kämen ohne uns sehr gut klar, aber wir ohne sie?

Unser Leben basiert auf dem Tod anderer Wesen. Sogar Veganer nähren sich von der Lebenskraft der Pflanzenleute und so gibt die Zeremonie, geborgen im warmen Bauch von Mutter Erde, in Anwesenheit aller Elemente und Vertreter aller Reiche, sowie der Ahnen und der Geisthelfer die Möglichkeit, einmal laut und deutlich Danke zu sagen für die freigiebige Nahrung, die Hilfe und Unterstützung, die wir von ihnen in jeder Sekunde unseres Lebens bekommen.

Nackt (oder bei Bedarf von einem Handtuch bedeckt oder leicht bekleidet mit einem Sarong oder Schwitzhüttenkleid) sitzen wir im Kreis in der dunklen Hütte, die zu Anfang noch vom Glühen der Steinleute etwas erhellt ist, singen und beten zu allen Verwandten (den Pflanzen, Tieren, Menschen und Steinleuten), besinnen uns unserer Stärke, Schönheit und Einmaligkeit. Wir erkennen und ehren die immerwährende Verbundenheit, ohne die wir nicht leben könnten und nutzen die Lebenskraft der sterbenden Steinleute und die des Kreises, unsere Träume und Visionen, unsere Heilung und Entwicklung wachsen zu lassen. Wir danken dafür, am Wunder des Lebens Teil zu haben...

Wir treffen uns auf unserem großen Gelände, trinken zusammen einen Tee, bereiten das Feuer und die Hütte vor und schwitzen zusammen. Das anschließende Essen bildet den Abschluß der Zeremonie, die uns von Lehrern des Bärenstammes vermittelt wurde. Unser spiritueller Vater ist Sun Bear, der 1992 in die Geistwelt ging.

Wer eine längere Anfahrt hat, kann und sollte übernachten - im Sommer im eigenen Zelt oder im Rundhaus aus Holz mit 6 Meter Durchmesser, im Winter auch bei uns im Haus. Dazu Schlafsack und evtl. Unterlage mitbringen. Einige Matratzen sind vorhanden.

**Der Energieausgleich beträgt 60 bis 120 Euro** nach eigener Einschätzung.

Ich bereite die (vegetarische) Schwitzhüttensuppe zu und bitte um einen feinen **Beitrag zum gemeinsamen Essen.**

**Gut mitzubringen ist noch ein großes Handtuch, um in der Schwitzhütte darauf zu sitzen und ein zweites zum Duschen danach. Hausschuhe sind empfehlenswert** und nach Bedarf Bademantel und -schlappen.

Es besteht die Möglichkeit, auf den Altar vor der Hütte einen Gegenstand zu legen, der energetisch aufgeladen werden kann.

Wenn du noch Fragen hast, wende dich gerne an mich.

Sabina Mondlichtweberin



Sabina Kiesel  
Heilpraktikerin  
Schnaggenberg 2  
88319 Aitrach

Tel.: 07565-7175

Sabina@Erdspiritualitaet.de  
www.erdspiritualitaet.de