



Schwitzhüttenplatz / Adresse

Zum Mühlenberg 80, 58239 Schwerte-Ergste

Der Schwitzhüttenplatz liegt ziemlich weit oben auf dem Berg. Weil die Navis in der Regel die Hausnummer 80 nicht finden, bitte "Zum Mühlenberg 5" eingeben. Oben auf dem Berg dann bis zur Hausnummer 77 vorfahren und direkt dahinter links runter. Rechts wird man die Schwitzhütte bereits entdecken können.

Termine

Samstag: 25. Mai und 21. Sept. 2019
14 – 22 Uhr

Kosten für die Schwitzhütte

Schwitzhütte 50 EUR + 15 EUR Feuerholz

Kinder sind frei und herzlich willkommen.

Ausbildung Schwitzhüttenleiter – Teil 1

Sa + So 13./14. Juli 2019

Sa 12 – 18 Uhr im Yoga Vidya Zentrum
So 10 – 22 Uhr auf dem Schwitzhüttenplatz
110 EUR + Feuerholz 15 EUR

Jede(r) nimmt auf eigene Verantwortung an der Schwitzhütte teil. Und bitte bringe einen kulinarischen Beitrag für unser abschließendes gemeinsames Zeremonie-Essen mit.

Karin Sander

Geboren 1961, verheiratet, Mutter zweier Mädchen, Gärtnerin, Dipl.-Ing. der Landespflege, Heilpraktikerin in eigener Praxis. Ausbildungen seit über 20 Jahren.

Schamanin, hellfühlend und hellichtig, die sicht- und unsichtbaren Aspekte der Welten miteinander verbindend. Pfeifenträgerin, Schwitzhüttenleiterin. Im fünften Jahr „Back to my Roots“ lehrend. Seit 2011 Leitung vieler Schwitzhütten in Deutschland und Schweden.

Kontakt und Anmeldung



Karin Sander
Kiebitzweg 19
58239 Schwerte
Tel.: 02304-750606

www.naturheilpraxis-karin-sander.de
Email: postfach@sander-karin.de



Schwitzhütten

in Schwerte

Angebote · Ausbildung 2019

Karin Sander
Schamanin und Heilpraktikerin

Schwitzhütten -Tage

Die Schwitzhütten - Zeremonie

Die Schwitzhütte, auch Inipi genannt, gehört zu den sieben heiligen Riten indianischen Urvölker Nordamerikas und diente sowohl der körperlichen Gesunderhaltung als auch der geistig-seelischen Reinigung. In Achtung gegenüber den indianischen Völkern leite ich die Zeremonie in enger Anlehnung an die alten Traditionen.

Ich möchte all diejenigen einladen, die über solch wundervolle Zeremonien ihre Verbundenheit zu Mutter Erde erleben und vertiefen wollen. Und Heilung und innere Berührung durch Krafttiere, Heilspirits und ihre Ahnen suchen.

Stille und Geborgenheit

Gut vorbereitet durch das gemeinsame Anzünden des Feuers oder dem Binden unserer Tabacco-Ties begeben wir uns in die dunkle Geborgenheit der Hütte. Vier Runden lang werden wir die kraftvolle Hitze der glühenden Steine spüren und unser Schweiß wird uns Wahrheit, Tiefe und Liebe lehren. Altes können wir abgeben und Neues empfangen. So gelangen wir in tiefen Kontakt mit unserer eigenen Spiritualität. Das Gebet und der Rauch der heiligen Pfeife werden uns in diesen Stunden auf dem Weg unserer Erkenntnis begleiten.

Zwischen den einzelnen Runden gibt es Pausen und es wird Wasser für alle gereicht. Zum Abschluss genießen wir noch in gemeinsamer Runde unser mitgebrachtes Zeremonie-Essen.

Gebetsbeutel

Bevor wir in die Hütte gehen, knüpfen wir Gebetsbeutel und bereiten uns damit innerlich schon auf die Inipi-Zeremonie vor. Kleine Tabakmengen beladen wir hierfür mit Dank, Bitten oder Gebeten und knüpfen sie in kleine bunte Stoffläppchen, sogenannte Tabacco-Ties. Am Tag nach der Inipi-Zeremonie werden sie über eine weitere Zeremonie dem Feuer und auf diese Weise der geistigen Welt für die Heilung übergeben.

Für die Schwitzhütte werden gebraucht

- leichte Bekleidung
- eine kleine Sitzunterlage (Handtuch, ..)
- ein Handtuch zum Schweißabwischen
- Gegenstände, die am Altar aufgeladen haben möchte
- evtl. Cola zur Kreislaufstabilisierung
- und ein dicker Stein für das Feuer

Für die Gebetsbeutel

- Tabak
- Baumwollstoff in Rot, Gelb, Grün, Schwarz
- Zwirn/Faden zum Binden der Beutel

Weitere Termine, insbesondere in Schweden

www.naturheilpraxis-karin-sander.de

siehe auch: www.aitapats.se

Ausbildung zum/zur Schwitzhüttenleiter/In

Neu im Programm

Teil I / 2019

Theorie und Praxis

Ich freue mich, mein Wissen über Schwitzhütten jenen Menschen vermitteln zu dürfen, die in sich den Ruf verspüren, zusammen mit ihr, der Inipi, den heiligen und alten schamanischen Weg des Wissens zu gehen. Als freie Schamanin gebe ich mein Wissen außerhalb jeglicher Tradition weiter, dennoch möchte ich es lehren wie es vor vielen Jahren mein Lehrer mich lehrte, nämlich in der Tradition der Lakota.

Dieses Jahr werde ich an einem Wochenende in den Aufbau und die Durchführung einer Schwitzhütte einführen. Dem Samstag mit seinen „Trockenübungen“ bezüglich Bau- und Durchführung in den Räumen des Yoga Vidya Zentrums in Schwerte-Ergste wird ein gemeinsamer Tag draußen auf dem Schwitzhüttenplatz mit Praxis folgen.

Jedem wird es dabei ermöglicht, in eigener Verantwortung die einzelnen Schritte der Zeremonie zu praktizieren. Mit liebevoller Begleitung wird man in die eigene Energie hineinwachsen und die segnende Unterstützung der Ahnen, Spirits und Krafttiere erleben können. Um weiter in die Kraft zu kommen und mit der Durchführung vertrauter zu werden, empfiehlt es sich z.B. danach im eigenen Garten eine kleine Schwitzhütte aufzubauen und darin mit sich und für sich regelmäßig zu üben.

Im kommenden Jahr kommen wir dann erneut zusammen und werden gemeinsam Schwitzhütten machen. Auf diese Weise lernen wir, uns zu vertrauen, uns zu vervollkommen und die eigenen Kräfte und persönlichen Ausrichtungen willkommen zu heißen.