

# Back to my Roots

Mein Weg auf Mutter Erde

Winter 2024 – Sommer 2025

- 9. Nov. 2024** Urkräfte des Lebens: Bewegung – Tanz – Trommeln  
Welche Bewegung möchte der Wind in mir erzeugen? Welcher Ton klingt in mir von Mutter Erde? Wie tanzt sich das Wasser? Lasst uns zu Klängen unserer Trommeln und Musik Wasser, Erde, Feuer und Luft erleben.
- 14. Dez. 2024** Ahnen Kontakt – meine schamanischen Freunde in den anderen Welten.  
Was tun sie für mich? Was kann ich für sie tun? Nähe und Begegnung mit unseren spirituellen Begleitern, Gespräch, Berührung und Austausch.
- 11. Jan. 2025** Redestab und Gebet – die Kraft der Worte. Pfeifenzeremonie, Redestabrunden, Anrufungen, Gesang und das getanzte Gebet.
- 22. Feb. 2025** Heilzeremonien – Hingabe und Heilung  
Wir helfen uns gegenseitig, werden dabei zu Werkzeugen der Heilspirits und göttlichen Kräften und verschenken unsere Liebe an die Ratsuchenden.
- 29. März 2025** Büffel, Adler, Kojote und Bär – Tiere der Himmelsrichtungen des Medizinrades. Was bedeuten sie, für was stehen sie, was sagen sie mir?
- 10. Mai 2025** Der Dank – ich verschenke mich an Mutter Erde  
Bei gutem Wetter draußen. Erdheilungsritual, Wasserheilungsritual, Gebet an die Wesen der Natur und vieles mehr.
- 21. Jun. 2025** Sonnenwende - Reinigen und Auftanken  
Bei gutem Wetter draußen. Sungazing, Meditation am Wasser, Barfuß auf warmen Waldboden, Energiedusche am Baum, Reinigungsrituale.

Zum Unterricht bitte bequeme Kleidung mitbringen, sowie für unsere gemeinsamen Pausen einen leckereren kulinarischen Beitrag.

**Zeit** Samstag 12 – 18 Uhr **Kosten** 65,00 EUR

**Seminarort** Yoga Vidya Zentrum Lichtpunkt  
Bürenbrucher Weg 19/Ecke Eichendorffstraße  
58239 Schwerte-Ergste

Ich freue mich auf deine Anmeldung.

Karin Sander, [www.naturheilpraxis-karin-sander.de](http://www.naturheilpraxis-karin-sander.de)  
postfach@sander-karin.de, 02304 – 3079 802

**Mitāque oyācin, ahey.**

(Lakota: Wir sind  
alle miteinander verwandt)