

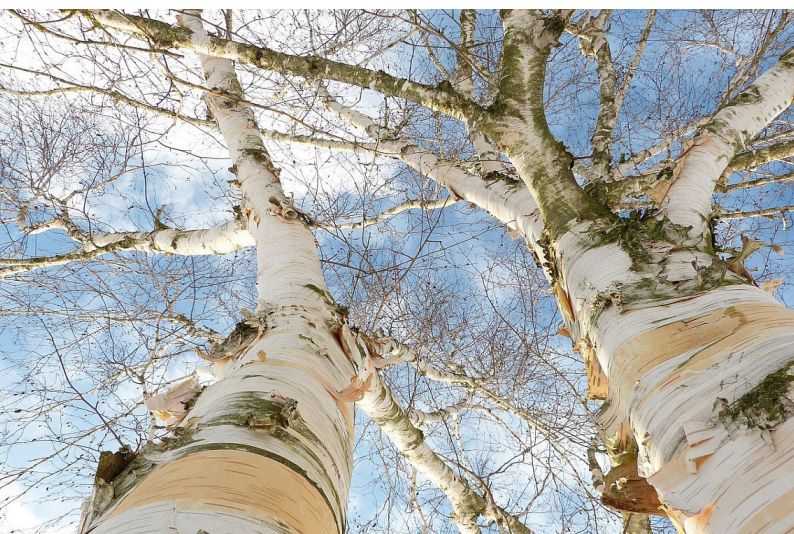


Liebe Freunde und Verwandte.

Am Samstag, den 01.03. möchte ich wieder mit Respekt und Dankbarkeit die Großväter Steine ins Feuer legen und zum Glühen bringen.

Dann werden wir sie in die Schwitzhütte tragen und in unsere Mitte legen, um von ihrer Wärme auf allen Ebenen berührt zu werden.

Du bist herzlich eingeladen mitzukommen.



Der Übergang von Winter auf Frühling zeigt sich in uns und überall um uns herum.

Wir hören die Vögel zwitschern, sie singen das Leben herbei.

Es ist noch nicht ganz da, aber es zeigt sich schon zart, wenn man genau hinschaut. Wir können es riechen und schmecken und auch fühlen. Die Sonne hat schon Kraft, wenn sie ihre Strahlen durch die Wolkendecke schickt. Es ist abends länger hell und morgens beim Aufstehen ist auch der Tag schon zu erkennen.

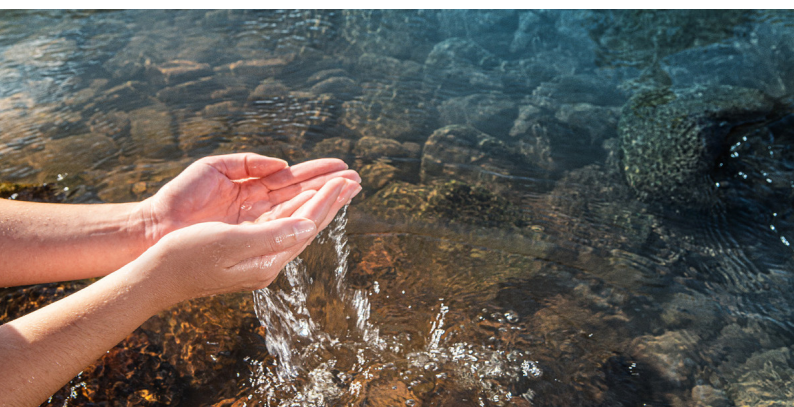
Die Energie kehrt zurück, das Leben und die Fruchtbarkeit zeigen sich, die Zeit für das Neue ist gekommen.

Aber bevor das neue Leben ins uns erblü-

hen darf, tun wir gut daran, das Alte und Abgestorbene abzugeben an Mutter Erdes Schoß, wo es zum Wohle aller transformieren kann.



Es ist Zeit für den Frühjahrs-Putz, sowohl auf den körperlichen Ebenen, als auch auf den energetischen und geistigen. Yoga und Sport, Fasten und Waldbaden sind jetzt gute Tätigkeiten. Und Mutter Natur hilft uns selbstverständlich beim Reinigungsprozess. Sie schenkt uns Vitalpilze, Birkenwasser und bald schon die ersten Frühlingskräuter.



Wenn wir jetzt Körper und Geist ordentlich durchputzen, hat es die Lebensenergie, die jetzt im Frühling aus dem Bauch von Mutter Erde aufsteigt viel leichter uns zu durchströmen und mit allem Notwen-

digen zu Versorgen,
auf daß wir gut in die Tat und ins Handeln
kommen können im weiteren Verlauf des
Jahres.

Und es ist gut das Giftige auch aus unse-
rer Seelenwelt und aus unseren Gedanken
auszuleiten.

Denn es macht uns mit Sicherheit krank.

**Und genau dafür werden wir in die
Schwitzhütte gehen,
für Reinigung von Körper, Geist und
Seele, für Entgiftung und Entschla-
ckung,
damit Neues und Lebendiges uns un-
belastet durchströmen kann.**

Wie üblich dürft ihr natürlich auch gern
wieder eure eigenen Absichten und Vor-
haben mitbringen und in die Hütte tragen.

Was sind Schwitzhütten:

Es gibt Schwitzhütten seit menschenge-
denken, in vielen vielen Kulturkreisen auf
der ganzen Welt.



Sie sind ein uraltes heiliges Werkzeug für
Heilung, Verbindung, Gebet, Geburt und

unzählige andere Zwecke.

Die Schwitzhütte ist ein relativ flaches Gestell aus Holzstäben. Dieses wird mit Decken/Fellen zugedeckt, bis kein Licht mehr hineinkommt.

In einem großen Feuer vor der Schwitzhütte werden Steine zum Glühen gebracht. Die Menschen gehen hinein und setzen sich hin. Die glühenden Steine werden hineingetragen, in die Mitte gelegt und der Türvorhang wird geschlossen.

Es ist stockdunkel und man sieht nur das warme Licht der Steine. Dann wird Wasser über die Steine gegossen und es wird sehr warm. Lieder werden gesungen oder es wird der Reihe nach gesprochen, der Schwitzhüttenleiter führt durch die Zere-
monie.

Was hier einfach klingt und aussieht ist tatsächlich sehr komplex und geht unendlich tief. Ich bin überzeugt davon, dass man sein Leben lang Schwitzhütten aufgiessen und studieren kann und immer noch dazulernt, ja wahrscheinlich gerade mal die Oberfläche dessen angekratzt hat, was Schwitzhütten tatsächlich sind und sein können.



Wann:

Wir treffen uns um 11:00 Uhr, gegen 12 Uhr werden wir die Steine legen und das Feuer entzünden und ca eine Stunde später in die Schwitzhütte gehen. Rechne damit, dass es bis 20 Uhr gehen kann, da wir uns danach noch etwas austauschen, eine Suppe zusammen essen

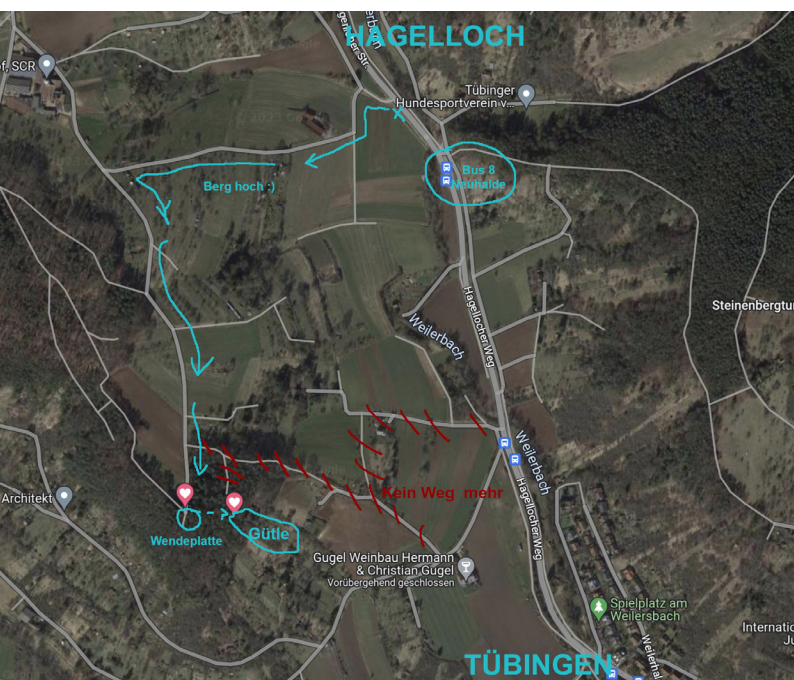
und gemeinsam den Platz aufräumen.
Bring gerne dein Musikinstrument für das Zusammensein nach der Hütte mit.

Bitte auch mitbringen:

- Handtuch
- warme Klamotten und Mütze weil nasse Haare
- genug zu trinken für dich
- etwas um den Altar zu schmücken (nicht gekauft, einfach mit freundlicher Bitte aus der Natur)
- Schale für die Suppe und einen Löffel
- Tuch/Kleid/Badehose für in die Schwitzhütte
- einen Spendenbeitrag für Feuerholz, Erhaltung des Ortes und Anerkennung der Arbeit des Schwitzhüttenleiters (ich empfehle 50,- Euro)

Wo:

Unser Gütle ist etwas versteckt im Wald. Du erreichst es am besten wenn du von der Weststadt kommend Richtung Hagelloch nach der Bus-Haltestelle Neuhalde den kleinen geteerten Weg links rein und den Berg hoch fährst.



Wenn der Weg sich oben gabelt, wieder links. Dann einfach geradeaus.

Der Weg endet am Anfang des Waldes mit einer Wendeplatte. Bitte park dort so, dass auch ein Traktor noch gut wenden kann. Von der Wendeplatte gehst du dann 50m schräg links in den Wald hinein und hinter den 2 großen Holzstapeln ist es dann.

Bei offenen Fragen könnt ihr euch gern melden.

Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitte ich um Anmeldung:

maaku@posteo.de
oder
0176 22 26 71 87

Ich freue mich sehr,
Mark Wiebusch

