



Auf den Schwingen des Goldenen Adlers ins Neue Jahr

**Tagesseminar mit Heiliger Indianischer Pfeife,
Naturritual und einer auf allen Ebenen heilsamen
Schwitzhüttenzeremonie**

Samstag, 30.12.2017, 10 - ca. 23 Uhr

Dauer: ca. 13 Stunden,
danach gemeinsames Feiern im Kreis ums Feuer in der Kota

mit Sina Lucia Kottmann

Ort: Greiters 352, 87764 Legau

Teilnahmegebühr als Investition in dein Wachsen & Heilen: 108€,
inklusive Getränke, Suppe & Brot als leichtes Mittagessen
und Materialkosten für die Zeremonie

Eine Ermäßigung für Menschen mit geringerem Einkommen ist immer möglich.
Kontaktiere mich dazu gerne.

erDLÖst

Ganz bei dir ankommen, dein Herz fühlen
und im Zentrum deines Universums kess vergnügt den Himmel finden.
Verwurzelt, echt, lebendig.

**Der Raum sowohl in der kleinen Weiden-Schwitzhütte als auch in unserem
Feuerhaus, der Kota, ist begrenzt.**

Beide fassen ca. 15 Personen.

Entscheide dich also baldmöglichst, um dir noch einen Platz zu sichern.

Verbindliche Anmeldung bei

Sina Lucia Kottmann: Tel 08330-2319959, eMail info@erdlust.de

Bitte gib an, ob du im eigenen Zelt übernachten möchtest oder nicht (+5€).

Beachte: Wir halten uns die meiste Zeit im Freien auf. Bringe geeignete Kleidung mit.
Was du sonst noch mitbringen solltest, kannst du weiter unten lesen.

Ablauf

10 Uhr: Begrüßung, Ankommen im Kreis



Die Heilige Indianische Pfeife

„Grandfather Eagle, I send my voice“

10:00 - 11:30 Uhr

Die Heilige Indianische Pfeife ist ein eines der kraftvollsten und heiligsten "Medizin"-Werkzeuge" in vielen Traditionen der Native Americans. Mit ihr zu beten heißt kraftvoll konzentriert mit dem Mysterium des Lebens um uns und in uns in Kontakt zu gehen. Sie ist eine Art "heißer Draht" in die Welt des Großen Geistes und als solcher als zeremonielle Helferin hoch geschätzt.

In der Pfeife ist Platz für die segnenden Kräfte der Vier Richtungen und für alle Anliegen, die unserem Herzen entströmen. Mit dem Rauch von Kinnick-Kinnick, eines speziellen Kräutertabaks, der aus vorwiegend heimischen Kräutern rituell zusammengestellt wird, werden in einem ca. einstündigen Ritual Gebete, Fragen, Wünsche auf direktem Weg in die Geistwelt geschickt, um Heilung und Klärung zu bewirken. Unser Atem, d.h. das rituelle Paffen des Pfeifenrauchs, schickt unsere Gebete und unseren Dank zu Spirit, der Quelle, dem Großen Geheimnis. Vielleicht hast du deinen ganz eigenen Namen für diese Quelle allen Seins.

Das Gebet in Verbindung mit dem Heiligen Rauch ermöglicht Dir Altes, Belastendes und Kraftraubendes aus Deinem Leben gehen zu lassen und stimmt dich bereits kraftvoll auf die Schwitzhüttenzeremonie ein, die Gebet, Dank und Heilung noch um vieles vertieft.

Im Pfeifenritual befindest du dich in einem Kraftfeld zwischen Himmel und Erde. Hier kannst du dein Herz weit öffnen, um es von Spirit's Licht, von Klarheit und Freiheit durchfluten zu lassen. Kein Tier symbolisiert diese Geschenke besser als der Goldene Adler. "Grandfather Eagle" breitet seine Sonnenschwingen weit aus, um unsere Stimmen direkt zu Spirit zu tragen.

Der lange Stil der Pfeife und ihr Kopf aus rotem Catlinit und weitere Gegenstände im heiligen Pfeifenbündel stehen symbolisch sowohl für das weibliche und das männliche Prinzip der Polarität als auch für alle unsere "Beziehungen" aus den vier Welten, den Reichen der Mineralien/Steine, der Pflanzen, der Tiere und der Menschen. Im Pfeifenkopf ist das Symbol des Kreises mit dem deutlichen Mittelpunkt zu sehen, das uralte Symbol des Großen Ursprungs von Allem. (der Schoß, das Mütterliche; Yoni). Der Kreis der Pfeife, und der Kreis, in dem wir sitzen, symbolisiert ebenso das große Rad des Lebens, den Tierkreis, das zyklische Prinzip des Lebens.

Getrennt voneinander sind Pfeifenkopf und Pfeifenstiel nur Pfeifenkopf und Pfeifenstiel. Sobald in jeder Zeremonie erneut Kopf und Stil zusammengesteckt werden, wird sie als lebendiges und kraftvolles Wesen verstanden, das alles Leben im Universum vereint.

Die Pfeife wird durch einen Medicine-Man als Weg-Begleiterin zeremoniell an ihren Träger/ihre Trägerin "gebunden" und so erst wirklich zum Leben erweckt.

Wir werden die Pfeifenzeremonie so durchführen wie sie uns von Evelyn Eaton überliefert wurde, einer der Großmütter des amerikanischen Beartribe. Sunbear gründete diese Gemeinschaft Mitte des 20. Jahrhunderts. Seine Visionen werden heute weltweit in Form des angewandten Medizinradwissens, in Selbstversorgerpraxis und erdverbundenen Ritualen weitergetragen.



KÖRPERFÜHLEN UND NATURRITUAL

11:30 - ca. 13:00 Uhr

Je nach Jahreszeit und Intuition

Cherokee Tai Chi, eine bewegte Meditation und
ein ritueller Natur-Gang (Medicine-Walk) mit einem speziellen Impuls.
Sacred Circle (Redekreis).

leichtes Mittagessen, Pause



DIE SCHWITZHÜTTEN-ZEREMONIE.

Heilsam für Körper, Seele und Geist.

ca. 14:30 bis ca. 23 Uhr

Das erdnahe und in so vielen Kulturen verankerte Ritual des rituellen Schwitzens hilft Dir, lichtvolle Impulse in dein Leben zu holen. Wir schwitzen für innere Reinigung, für sanfte Heilung unseres Körpers, für Klärung und Neuausrichtung unserer Gefühls- und Gedankenwelt.

Die gemeinsame Zeremonie beginnt mit dem Segnen der Vulkansteine und dem Entzünden des Heiligen Feuers. Solange das Feuer brennt und die Steine, die uns anschließend in der niedrigen, mit Woldecken bedeckten Hütte aus Weidenästen wärmen, zum Glühen gebracht werden, ist Zeit für dich, deine Intention für Heilung zu klären (Was bist du bereit, loszulassen? Wofür entscheidest du dich? Was lädst du bewusst in dein Leben ein? Für wen oder was willst du Neuausrichtung und Heilung bewirken?).

Das eigentliche Schwitzen in Vier aufeinanderfolgenden Runden dauert zwischen 2,5 und 4 Stunden. Zwischen den Runden gibt es kurze Pausen und vier Mal kommen neue glühende Steine in die Mitte unseres Kreises. Da wir uns in ritueller Zeit befinden, wird Zeit in der Hütte vollkommen anders wahrgenommen. Und auch das Empfinden der Hitze hängt davon ab, was du an Themen in dir trägst. Im "Bauch von Mutter Erde" bist du in einem heiligen Raum, in dem du - getragen von der Kraft des Kreises - ganz bei Dir sein kannst, gut geerdet und gleichzeitig kraftvoll "himmelnd". In der Schwitzhütte wird ein intensiver Kontakt mit den Elementen und den Qualitäten der Vier Himmelsrichtungen des Rads des Lebens (Medicine Wheel) möglich. Geführt von Liedern, Heilungs-Impulsen und Weisheitsgeschichten trittst du im wohligh feuchtheißen Dunkel in Kontakt mit den Urkräften des Seins und kommst ganz in deinem eigenen inneren Seelenraum an. Du wirst eine rituelle Neugeburt erleben, die dich hineinträgt in eine tiefere Verbundenheit mit dir selbst, mit der Natur und ihren Kräften, mit dem Leben an sich in seiner zeitlosen und ungezähmten Weisheit.

Falls es deine erste Schwitzhütte sein sollte, sei unbesorgt, du darfst die Hütte jederzeit verlassen, wenn du das Gefühl hast, du kommst an Grenzen, die für dich gerade nicht zu überwinden sind.

Nach dem Schwitzen erfrischen wir uns im kleinen Bachlauf neben der Hütte und feiern mit einem üppigen Nachtessen, zu dem jeder etwas beiträgt, die Fülle des Lebens. Meist sitzen wir danach noch lange im Kreis ums Feuer zusammen.

Außerdem ist es möglich und wünschenswert, dass du hier im eigenen Zelt übernachtet. Denn Teil des Rituals ist eigentlich auch der Abbau der Hütte am nächsten Morgen, das Aufhängen der feuchten Woldecken und ein Dank an den Hüter des Ortes.

Zur Übernachtung: Falls du hier übernachten willst, gerne! Dann bring Isomatte, Schlafsack und Zelt mit. Falls du ein Zimmer bevorzugst, können wir dir den freundlich-günstigen Gasthof Löwen im nahe gelegenen Aitrach vorschlagen: <http://www.loewen-aitrach.de/>.

Was ist mitzubringen?

- angemessene Outdoor-Kleidung, gutes Schuhwerk - je nach Wetterlage
- eine eigene kuschelige Decke und warme Socken
- sonstige Sitzunterlage für draußen
- 2-3 Handtücher, um in der Schwitzhütte darauf zu sitzen und dich im Anschluss nach einer Erfrischung im kleinen Bächlein neben der Schwitzhütte abzutrocknen; auch ein Bademantel und Badeschlappen / Flip-Flops sind eine feine Sache für die Zeit vor und nach der Hütte
- einen persönlichen Kraftgegenstand (Schmuckstücke, Kristalle, Medizinbeutel...), den du für die Dauer der Zeremonie auf dem kleinen Naturaltar vor der Hütte ablegen kannst, damit er sich mit der Segenskraft des Rituals auflädt
- ein offenes Herz und der Wunsch, mit dir selbst, deiner ureigenen Kraft und dem Leben, das dich umgibt, neu und kraftvoll in Verbindung zu gehen.
- In der Hütte ist viel Platz für Strahlkraft und Herzfeuer!
- ein feiner Beitrag zum gemeinsamen Mittag- und Abendessen und falls du übernachtetest auch für das Frühstück am nächsten Morgen. Ich bereite einen großen Topf Suppe vor und backe Brot für alle.

Falls weitere Fragen sind, kontaktiere mich gerne unter info@erdlust.de oder Tel 08330-2319959.

Erfahrungsgemäß sind die Wetterwesen mit uns, wenn es um Zeremonien geht. Sollte das Wetter sich jedoch wider Erwarten von einer wilden Seite zeigen und es nicht möglich sein, das Schwitzhüttenfeuer zu entzünden und zu halten, finden wir uns trotzdem im Kreis in unserer Kota zusammen, singen, erzählen Geschichten und zelebrieren in jedem Fall die Zeremonie der Heiligen Indianischen Pfeife.

In diesem Fall informiere ich euch kurz vorher und sowohl die Dauer des Zusammenseins als auch die Teilnahmegebühr verringern sich dann entscheidend.

Mitakuye Oyasin.

* For all our relations. Für alles Leben in uns und um uns, in Verbundenheit. *

Ich freue mich auf dich,
Sina

