



# Die heilige Schwitzhütte



*Sophia Kunyu*

## Termine

Sa. 20.03.2021  
Sa. 01.05.2021  
Sa. 03.07.2021  
Sa. 28.08.2021  
Sa. 09.10.2021

jeweils von ca. 10 - 20 Uhr  
Energieausgleich 111,-- € pro Tag

Am Ende der Zeremonie  
räumen wir alle gemeinsam auf.

**Wo:** Hürth (Rheinland)

*Die genaue Anschrift erfährst du  
nach deiner Anmeldung*

**Anmeldung**  
Sophia Kunyu  
T: 02233 4057299  
M: 0172 8056847

## Im Bauch der großen Mutter

**Eine Reinigungs- und Geburtszeremonie für Körper, Geist & Seele**

Für mich ist die Schwitzhütte die Kraft der heiligen Liebe, die Vereinigung von Mann und Frau in uns. Wir lassen alles los, was uns nicht mehr dient, holen uns unsere Kraft und Lebensenergie zurück und gebären uns in unserer Gesamtheit.

Ich selbst habe an vielen Schwitzhütten teilgenommen und durfte in tiefe Transformationsprozesse eintauchen. Ich danke all meinen Begleitern und Lehrern, mein großer Dank geht insbesondere an Chief Dancing Thunder.

Das Feuer repräsentiert den Mann, die männliche Kraft. Die Schwitzhütte, den Schoß der Frau, die weibliche Kraft. Die glühenden Steine, den Samen des Mannes, welche leuchtend in die Hütte getragen werden, um zu erschaffen. So entsteht das heilige Leben, Du.

Der heilige Ort, an dem die Schwitzhütte steht, ist ein Platz an dem die Kräfte dieser Welt und der Anderswelt miteinander tanzen, sich vereinen. Ein Ort, an dem das Licht sich aus der Dunkelheit gebiert.

Alles steht miteinander in Verbindung, Das Feuer welches entzündet wird, das heilige Wasser, welches wir nutzen. Die heiligen Steine, die Großväter und Großmütter, welche uns Wärme und Weisheit schenken, und uns erneuern.

Und der Weg vom Feuer zur Hütte, die Verbindung zwischen dem männlichen und weiblichen Prinzip. Der Altar und die Hütte selbst, alles repräsentiert die heilige Schöpferkraft. Auch Du als Teilnehmer, bist ein Teil des Ganzen.

Wir bereiten uns gut vor um uns zu erneuern, denn in der Geborgenheit und Dunkelheit der Schwitzhütte, lassen wir alles los. Wir beten, wir singen, wir lachen und wir weinen. Wir erkennen uns Selbst, erfahren die Weisheit unserer Ahnen. Wir erhalten Antworten auf unsere Fragen.

Wir verbinden uns mit der Quelle und nehmen unseren Platz in der Gesamtheit wieder ein.



### Der Ablauf:

Gemeinsam bereiten wir den Platz vor. Wir trommeln und tauchen in die Tagesenergie ein und bereiten unsere Medizinbags und Offers/ Gaben vor.

Ich erkläre den Ablauf und gebe Antworten auf Fragen. Wie zum Beispiel:

- Wie verhalte ich mich an diesem heiligen Ort?
- Wie verhalte ich mich in der Hütte?
- Darf ich die Schwitzhütte während der Zeremonie verlassen?
- Was kann ich tun wenn es mir zu heiß wird?
- Wie lange dauert eine Zeremonie? Usw.

**Ich weise in die Kraft und Energie der Schwitzhütte ein, der Elemente und der Tiergeister, mit welchen wir uns verbinden.**

### Wer kann an einer Schwitzhütte teilnehmen?

Jeder gesunde Mensch, auch Kinder in Begleitung eines Elternteiles.

Du brauchst keine Vorkenntnisse. Menschen, die ihr Bewusstsein erweitern wollen.

### Was brauchst Du?

Zwei große Handtücher, evtl. ein Bademantel. Ein leichtes Tuch, falls du nicht nackt in die Schwitzhütte gehen magst. Ein Scheit Holz als Gabe für's Feuer. Eine Gabe für den Feuermann. Gerne deine Trommel / Rassel / Flöte (falls du hast). Etwas zum Schreiben. Bequeme Kleidung. Etwas fürs anschließende gemeinsame Mahl (vegetarisch / vegan).

Geschirr, Besteck, ein Glas oder eine Flasche. evtl. eine Kuscheldecke.

Ich bitte die Teilnehmer bevor sie kommen, eine leichte und gesunde Mahlzeit einzunehmen.

Bitte kein Fleisch, kein Zucker und wenn es geht kein Brot/ Weißmehl.

Rohkost, eine warme Suppe oder Gemüse sind gut geeignet.

Und ich bitte die Teilnehmer, sich auf ihre Themen, ihre Wünsche, Ihre Fragen vorzubereiten und vor allem auf die Begegnung mit sich selbst und dem großen Geist.

Wir reinigen den Platz, bauen die Hütte – falls notwendig – decken sie ein und hacken Holz.

Wir bereiten uns gemeinsam vor. Nach den Teachings, gestalten wir unsere Medizinbeutel und unsere Gaben. Wir entkleiden uns und warten auf die Steine. Die Schwitzhütte betreten wir in unserem Geburtskleid, nackt. Wer mag, kann sich auch gerne ein Tuch aus Naturstoff/ Baumwolle umbinden. Mondfrauen sind von Herzen willkommen. Es finden vier Runden des Schwitzens, Betens statt. Zwischen den einzelnen Runden, öffnen wir das Tor, und heiliges Wasser wird gereicht. Du kannst während diesen Momenten auch die Schwitzhütte kurzzeitig verlassen. Danach finden sich alle wieder ein und ich bitte den Feuermann, die nächsten Steine – Großväter – herein zu bringen, das Tor wird wieder geschlossen.

Nach der Zeremonie speisen wir und tauschen uns aus. Wir freuen uns auf eine gemeinsame Zeremonie, auf unser neues Sein. Wir sind alle miteinander verwandt.

Von Herzen Chief Mamani In Spirit Waters, Andrea Sophia Kunyu mit liebevoller Unterstützung

von Imana Nanami In Spirit Arms, Stephanie Scouras

### Wo:

Hürth (Rheinland)

Die genaue Anschrift erfährst du nach deiner Anmeldung