

Schwitzhütte – Spezial: GEBURT

Sa 15. Juni, 10.00 – So 16. Juni 2019, 12.00

Mit Dr. Monika Steiner-März & Anne Tscharmann

Beim Schwitzhütten-Ritual begeben wir uns in den Bauch von Mutter Erde. Wir sind nackt im dunklen Raum, warm und feucht ist es. So wie in der Gebärmutter, wo unser Leben begonnen hat. Daher ist es naheliegend, dass wir uns unsere eigene Geburt und unsere vorgeburtlichen Themen anschauen und im Ritual der Schwitzhütte heilen lassen.

- Wie klar ist mein „Ja“ zum Leben?
- Komme ich alleine – oder gibt es einen Begleiter, einen Zwilling, der sich vielleicht wieder verabschiedet?
- Werde ich sehnsüchtig erwartet, bin ich gewünscht oder eine Überraschung?
- Wie kann ich in der Gebärmutter landen, ist der Boden nährend für mich?
- Wie geht es meiner Mutter mit mir im Bauch? Werde ich von ihren Gefühlen überflutet?
- Wie und wann starte ich meine Geburt?
- Wie werde ich in Empfang genommen?



Diese frühen Erfahrungen prägen uns auf einer sehr tiefen Ebene und bestimmen viele unserer Verhaltensweisen. In einem geschützten Raum dürfen diese Geschichten auftauchen, werden gehört und bezeugt. Dadurch können wir uns selbst und unsere Beziehungen besser verstehen.

Inhalt: Einführung in das Thema Geburt, Erfahrung dazu in der Natur, Austausch im Kreis. Schwitzhüttenritual, Geburtserfahrung, willkommen heißen und genährt werden. Kräuterbad, Essen und versorgt werden, Reflexion.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein vorbereitendes Gespräch mit Dr. Monika Steiner-März: Tel. 0664 27 87 277.

Kosten: € 230,- Pauschale für Schwitzhütten-Begleitung, Material, Platz & Verpflegung, Nächtigung im Seminarraum oder Zelt. Privatzimmer & Pensionen auf Anfrage.
Ort: Zentrum Mae Terra, Vorstadt 8a, 7022 Schattendorf, www.maeterra.at

Wir begleiten dich:



Dr. Monika Steiner-März

1963, Ärztin und Medizinfrau
Ganzheitliche Begleitung von Lebensübergängen,
Natur-Rituale. Heilarbeit von vorgeburtlichen -
und Geburts-Themen. www.steiner-maerz.at



Anne Tscharmann

*1961, Dipl. Lebensberaterin
Ritualbegleiterin an Lebensübergängen;
Schwitzhütten-Leiterin seit 2006
Heilsames Singen. www.maeterra.at