

Wir begleiten durch das Ritual



Anne Tscharmann

*1961, Dipl. Lebensberaterin,
Begleiterin von Schwitzhütten, Visions-
suchen, Ritualen, Naturerfahrungs-
Seminaren und Singkreisen.



Robert Pilak

* 1960, Begleiter von Schwitzhütten,
Visionssuchen für Jugendliche &
Erwachsene (School of Lost Borders)
Männer-Seminaren und Council-Kreiser

Wir sind zur Begleitung von Schwitzhütten ausgebildet
von Nicolai Van der Bellen. Unser Orientierungssystem
in unseren Seminaren, Ritualen und auch in der Schwitz-
hütte ist ein europäisches Lebensrad.

**Begleiterin der Geburts-Schwitzhütte
& der Advent-Winter-Hütte**



Dr. Monika Steiner-März

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

www.steiner-maerz.at

Anmeldung

Der Platz ist fix reserviert mit einem verbindlichen
Anmelde-Mail an office@maeterra.at.
Im Falle einer Absage bis 4 Wochen vorher, erwächst
ein Stornobetrag von € 25,- pro Person, danach € 50,-

Bei Nichterscheinen oder einer Absage bis 2 Tage
vorher ist ein Stornobetrag von € 90,- fällig.
Der jeweilige Stornobetrag kann innerhalb einen
Jahres als Gutschein eingelöst werden.

Mit der Anmeldung nehmen Sie zur Kenntnis, dass
Sie auf eigene Verantwortung an dem Schwitzhütten-
Seminar teilnehmen. Dieses ist kein Ersatz für eine
psychotherapeutische oder medizinische Behandlung.

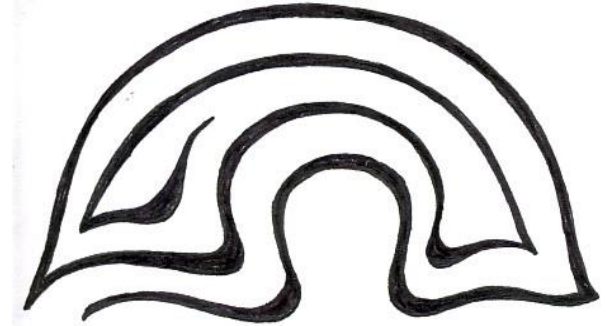
Anmeldung bis spätestens 2 Wochen davor bei

Mae Terra - Seminare

Anne Tscharmann & Robert Pilak
A - 7022 Schattendorf, Vorstadt 8a
Tel +43(0)2686-3865, office@maeterra.at

www.maeterra.at

Die Schwitz- Hütte



Reinigung
& Stärkung

für
Körper,
Geist
& Seele



TERMINE 2019

DIE SCHWITZHÜTTE



Die Schwitzhütte ist ein Ort der äußeren und inneren Reinigung. Wir gehen symbolisch hinein in den Leib von Mutter Erde und bitten um Heilung und Stärkung für unser Leben. Die Reinigung ist eine ganzheitliche, bezieht sich also auf alle Ebenen des Menschseins. Überholtes, Verbrauchtes kann losgelassen werden, Raum für Neues kann sich aufturn.

Alles hat in der Zeremonie seine Bedeutung, alle Elemente sind anwesend, und insgesamt ist der Schwitzhüttenplatz mit brennendem Feuer eine verdichtete Wiedergabe der ganzen Schöpfung. Neben der Reinigung an Körper, Seele und Geist ermöglicht das Schwitzen, Singen und Beten einen Kontakt zum eigenen inneren Wissen um Heilung.

In der inhaltlichen Gestaltung und im Ablauf unserer Schwitzhütten orientieren wir uns vor allem am **Lebenskompass nach Ursula Seghezzi**.

Hierbei handelt es sich um ein europäisches Lebens- und Medizinrad, welches sich auf die ältesten Schichten der mitteleuropäischen Kulturgeschichte bezieht, uns wieder hinein stellt in den Rhythmus der Jahreszeiten und uns mit der Weisheit und Tradition unserer europäischen Vorfahren verbindet.

TERMINE 2019

Sa 11. Mai 2019	Frauen-Mai-Hütte	Anne
Sa 15.-16. Juni *	<i>Special!</i> Geburts-Schwitzhütte	Monika + Anne
Sa 14. Sep 2019	Frauen-Vollmond	Anne
Sa 19. Okt 2019	Männer-Herbst	Robert
Sa 09. Nov 2019	AhnInnen-Hütte	Anne
Sa 14. Dez 2019	Advent Winter-Hütte	Monika
Sa 21. Dez 2019	Mittwinter-Hütte	Anne
Di 31.12.-1.1.20 *	Silvester-Rauhnacht	Anne



Organisatorisches:

Ort: Zentrum Mae Terra, www.maeterra.at
7022 Schattendorf, Vorstadt 8a
Gesamtkosten € 160,- / Zeit: 10 - 20.00
Übernachtungsmöglichkeiten auf Anfrage
Maximal 15 Personen

Schwitzhütten-Specials *

- **Silvester-Rauhnacht** mit Anne:
Mo 13.00 – Di 13.00, € 180,-
- **Geburts-Hütte***, Monika + Anne
Sa 10.00 – So 13.00, € 230,-

ABLAUF



Die Schwitzhütte ist ein Iglu-förmiges Gerüst, meist aus Weiden-Ästen gebaut, über das dicke Woldecken gelegt werden. Nach dem gemeinsamen Aufbau des Feuers wird dieses entzündet. Sind die Steine nach etwa 1,5 Stunden glühend heiß, entkleiden wir uns und kriechen in die Hütte. Der Eingang schließt sich und es wird vollständig dunkel. In der Mitte ist eine Grube, in die die glühenden Steine gelegt und mit Wasser aufgegossen werden. Es dampft.

Ruhige und kraftvolle Lieder werden gesungen, Geschichten erzählt, es wird gebetet, zugehört, nach innen gespürt. Jede Runde steht für ein anderes Thema und einen Abschnitt des Lebens. Zwischen den Runden wird die Tür geöffnet. Nach der vierten Runde verlassen alle mit einem Dank die Hütte. Danach wird gegessen, getrunken, gefeiert!!!

Schwitzhütten-Special – Meine Geburt

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 in der Hütte unserer eigenen Geburt und unseren vorgeburtlichen Themen achtsam annähern können.

In einem geschützten Rahmen dürfen die eigenen Geburts-geschichten auftauchen, werden gehört und bezeugt. Der rituelle Raum der Schwitzhütte bietet die Möglichkeit offene Themen nach zu nähren und Verletzungen heilen zu lassen.

Die Voraussetzung zur Teilnahme ist ein vorbereitendes Gespräch mit Dr. Monika Steiner-März: 0664 - 27 87 277.