

Schwitzhütte



www.simonmuff.ch

Die Tradition des (Heil-)Schwitzens ist und war rund um den Globus bekannt. Von der finnischen Sauna, zum römischen Schwitzbad, dem türkischen Hamam bis zur indianischen Schwitzhütte. Das Ziel des Schwitzens ist immer eine Reinigung auf ganzheitlicher Ebene.



Bei der indianischen Schwitzhütte kriecht man quasi zurück in den Schoß von Mutter Erde. Dazu wird ein Haselgeflecht in der Form einer Halbkugel mit Wolldecken abgedeckt. In der Mitte ist ein Loch für die heißen Steine, die ausserhalb der Hütte unter der Aufsicht des Feuermanns/des Feuerhüters in einem grossen Feuer glühend heiss gemacht werden.

Werden die heißen Steine in die Hütte gebracht, das Eingangstor geschlossen und die ersten Tropfen Wasser auf die heißen Steine gegossen – dann beginnt eine heilige Zeit. Es entsteht Raum für Reinigung, Klärung und Heilung. Du kommst in tiefen Kontakt mit deinem Herzen und deiner Seelenwahrheit.

Hast du den Ruf, bei diesem kraftvollen und reinigenden Ritual dabei zu sein? Dann sei herzlich eingeladen! Seit dem Sommer 2020 habe ich im Luzerner Hinterland einen wunderbaren Schwitzhüttenplatz.

Treffpunkt: 16.00 Uhr (Der genaue Ort wird nach der Anmeldung bekannt gegeben. Ca. 5 Autominuten von Willisau)

Mitnehmen: Badetuch zum Draufsitzen in der Hütte, Trommel/Rassel (wenn vorhanden) kleines Frottiertuch für danach, Stirnlampe, genügend zu trinken, einen Gegenstand zum «Aufladen» auf dem Altar, der Jahreszeit angepasste Kleidung, Mütze, etwas Vegetarisches/Alkoholfreies für die gemeinsame «Teilete» danach.



Ausgleich: 120 Franken (am Abend in bar oder per TWINT bezahlen)

Anmeldung: Bitte melde dich verbindlich an via info@simonmuff.ch oder WhatsApp auf 076 470 39 55. Ich bestätige dir deine Teilnahme.

Übernachtung: Wenn du eine weite Anreise hast und nach dem Ritual in Willisau übernachten möchtest, dann kann ich dieses BnB empfehlen: <https://www.dasartatelier.ch/%C3%BCbernachtung/>