

Schwitzhütte, Krafftier-Reise & Medizinrad-Ritual

15.-17. August 2025 im Seminarhaus
Lenzwald



Freitag, 17 Uhr **Ankommen, Eröffnungsrunde & Trommeln am Feuer**

Samstag: **Schwitzhütten-Zeremonie & Krafftier-Reise**

Sonntag: **Medizinrad-Ritual & Ausklang**, Ende gegen 16 Uhr

290 € (Frühbucher bis 1. Mai), danach 330 €,
maximal 10 Teilnehmer/innen, U/V extra

Agnes Maria Singer – Schwitzhütte, Evi Waldherr – Feuerfrau
Monika Ruhstorfer – schamanische Reise, Medizinrad-Ritual,
Gesamtleitung

Information: Monika Ruhstorfer, Innere & Äußere Reisen
0881 / 927 87 91, www.monika-ruhstorfer.com,
Agnes Maria Singer 0176 / 82025245, www.alchemilla-trommelbau.de

Schamanisches Wochenende mit Schwitzhütten-Zeremonie, Krafttier-Reise und Medizinrad-Ritual

Ein Wochenende für deine Seele. Für Reinigung, Loslassen & Heilung. Für Stärkung & Neuausrichtung. Für Klärung persönlicher Anliegen & Visionen.

Die Rituale im Einzelnen:

Die **Schwitzhütte** ist ein uraltes Reinigungsritual, das uns von amerikanischen Natives erhalten wurde. Es wird eine Art Höhle/Dom aufgebaut, die symbolisch für den Mutterleib steht. In der „Hütte“ werden heiße Steine in ein Erdloch geschichtet und mit Kräutern und Wasser gesegnet. Das Ritual besteht aus 4 Durchgängen. In der Schwitzhütte kannst Du leer werden - Deine Gefühle ausleben - loslassen. Weinen, lachen, beten, danken, Dich austoben, einatmen, ausatmen. Du kannst Dich reinigen und neu ausrichten, sowie neu belebt und energetisiert aus dem Bauch von „Mutter Erde“ geboren werden. „Ich fühle mich wie neugeboren!“ Du kannst Deine Wünsche und Visionen in der Schwitzhütte „befeuern“ und „entzünden“ - aber auch alte Wunden heilen!

Es gibt vor Ort einen schönen Schwitzhütten-Platz, wo Agnes bereits letztes Jahr eine Schwitzhütte errichtet und eingeweiht hat.

Die **Reise zum Krafttier** ist eine ganz wichtige schamanische Reise, die sehr stärkend wirkt. Wir werden zur Einstimmung Räuchern [&] Tanzen. Begleitet von den Klängen der Trommel reist Du zu Deinem persönlichen Krafttier. Du kannst anschließend das Tier malen oder aufschreiben, was Du erlebt hast, Deine Reise im Kreis mit-teilen oder auch nicht - ganz wie es für Dich stimmig ist. In jedem Fall ist Dein Krafttier von nun an ein/e wichtige/r BegleiterIn, WegweiserIn, FreundIn und Gefährte/Gefährtin für Dein weiteres Leben. Du kannst Dich jederzeit mit seinen/ihren speziellen Fähigkeiten verbinden, was Dir auch im Alltag zugute. Du erhältst von Deinem Krafttier Botschaften und Unterstützung für Dein Leben. Auch bei jeder weiteren schamanischen Arbeit ist das Krafttier ein treuer Begleiter.

Ein Hinweis für Menschen, die ihr Krafttier schon kennen: Jede Krafttier-Reise ist immer wieder bereichernd und vertieft den Kontakt zu deinem Krafttier. Oder es kommen neue Krafttiere dazu, die Dir in der aktuellen Lebenssituation zur Seite stehen.

Für diese schamanische Reise sind wir in dem großzügigen Seminarraum.

Das **Medizinrad** ist ein uraltes, überliefertes Weisheitssystem, das auch für uns moderne Menschen ein wichtiges Medium ist. Wir können hier Botschaften erhalten, die über das hinausgehen, was der Verstand allein uns sagt.

Über das **Medizinrad-Ritual**, wie Monika es von einer indigenen Schamanin gelernt hat, erhältst Du Antworten auf offene Fragen. Es verhilft Dir zu mehr Überblick in unklaren oder verfahrenen Situationen und erleichtert Entscheidungen. Das Medizinrad-Ritual ist unterstützend für Visionen und persönliche Ziele, für Eingebungen und Botschaften, was ansteht und wie es sinnvoll weitergeht. So entsteht Raum für zielgerichtetes Handeln und für ein erfülltes Leben.

Es gibt beim Seminarhaus Lenzwald einen rituellen Medizinrad-Platz. Er wurde von den früheren Hütern dieses Ortes, einem indianischen Ehepaar, angelegt: kreisrund, mit ca. 10 m Durchmesser und Markierungen für die Himmelsrichtungen. Ein wirklicher Kraftplatz für die Durchführung des Medizinrad-Rituals.

Ablauf:

Wir feiern dieses Rituale im Kontext, verteilt über ein ganzes Wochenende und doch inhaltlich verbunden. Der Ablauf kann auch variieren, je nach aktuellem Verlauf und wie es eben sinnvoll ist.

Wir beginnen am Freitag gegen 17.00 Uhr mit der Ankunft im Seminarhaus. Einstimmung, Vorstellung und gemeinsames Abendessen. Am Abend sitzen wir am Feuer und können trommeln, singen oder einfach sein.

Am Samstag bereiten wir uns auf die Schwitzhütte vor. Abdecken der Hütte, Entzünden des Feuers. Wenn die Steine erhitzt sind, gehen wir in die Schwitzhütte. Dauer ca. 2 bis 3 h. Hinterher gibt es was zu Essen. Nach einer Ruhepause machen wir die Krafttier-Reise - entweder vor dem Abendessen oder evtl. auch erst danach, je nach Verlauf und Bedürfnissen der Gruppe.

Am Sonntag führen wir vormittags nach einer gründlichen Vorbereitung das Medizinrad-Ritual im Freien durch. Nachbesprechung. Mittagspause. Nach dem Mittagessen runden wir das Erlebte ab, es gibt einen Abschluss-Kreis. Bei Kaffee und Kuchen lassen wir unser Zusammensein ausklingen. Seminarende gegen 16 oder 17 Uhr

Finanzielles und Organisatorisches

290 € (Frühbucherpreis bis 1. Mai), danach 330 €, maximal 10 Teilnehmer/innen
U/V extra: 74 € Vegetarische Vollverpflegung von Freitagabend bis Sonntagnachmittag
(bitte Unverträglichkeiten oder besondere Wünsche angeben)
Übernachtung im EZ 42 €, DZ 37 €, MBZ 32 € (Zimmerwunsch bei der Anmeldung angeben)

Für Impressionen zum Seminarhaus Lenzwald:

www.pulsdererde.org/seminar-gaestehaus/

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt per Mail an monika-ruhstorfer@web.de oder bei Agnes unter 0176 / 82025245. Wenn noch ein Platz frei ist, bekommst du eine Anmeldebestätigung mit der Bitte um Überweisung. Du erhältst außerdem rechtzeitig noch weitere Infos zur Anfahrt und was gut ist mitzubringen, insbesondere zur Schwitzhütte.

*Wir freuen uns auf Dich!
Agnes, Evi & Monika*

MONIKA RUHSTORFER, M.A.

Demollstr. 10
D-82407 Wielenbach
Tel. 0881 / 927 87 91
Fax 0881 / 927 87 90

monika-ruhstorfer@web.de
www.monika-ruhstorfer.com



MONIKA RUHSTORFER

Innere & Äußere Reisen*