

Schwitzhütten am Hof Ruckhardtshausen

Sein mit der Erde, dem Feuer, dem Wasser, der Luft – mit Dir selbst

Ort: Hof Ruckhardtshausen, Ruckhardtshausen 1, 74613 Öhringen
Mit dem wunderbaren Friedensgarten und Tagungshaus mit Übernachtungsmöglichkeiten.
www.hof-ruckhardtshausen.de

Kosten: 45,- bis 60,- € Empfohlen + ggf. Übernachtung am Hof möglich

Info und Anmeldung: Jan Winkler, Mobil: 0173 8130883,
E-Mail: janwinkler@humaninput.de www.humaninput.de



Einstimmung

Ab 14.00 Uhr Platz richten
Ab 17.00 Uhr Feuer entzünden
Ca. 18.00 Uhr Schwitzhütte

Am 19.03.2023
vor Sonnenaufgang

Wir begrüßen uns, gehen in die Vorbereitung zur Schwitzhütte. Den Platz bereiten, das Holz holen und schichten, die Steine aussuchen, das Wasser bereitstellen, das Feuer entzünden und in der Dunkelheit der Schwitzhütte die Kraft der Elemente wirken lassen. Gemeinsam und gleichsam ganz für dich 4 Runden angeleitet in der Schwitzhütte sein.

Der Schwitzhüttenplatz



Kleidung

Wir tragen in der Schwitzhütte ein Lunghi oder Wickeltuch oder was Dir angenehm ist.

In der Schwitzhütte

Getragen sein von der *Erde*, geborgen im Dunkeln der Schwitzhütte mit der Kraft des *Feuers*, der Emotion vom *Wasser* beim Aufgießen, dem Strömen der *Lüfte* beim Öffnen der Türe.

In *Stille*, mit *Tönen*, der *Trommel* und den *Kräften der Natur*.

Abendessen:

Im Anschluss an die Schwitzhütte teilen wir unser für diesen Abend mitgebrachtes Essen am Feuer oder im Haus.

Ende offen bis ca. 22.00 Uhr

Mitbringliste: Lunghi/Sarong, Sitzgelegenheit+Sitzunterlage (bei Bedarf), feste Schuhe, Wasser/Tee, Stirnlampe/Taschenlampe, Handtücher (Duschen im Seminarhaus), eine Kleinigkeit zu Essen für das gemeinsame Essen nach der Zeremonie am Feuer, Trinkgefäß, Teller, Besteck.

Herzlich willkommen zu diesen Zeremonien!

Jan

Jedes Ding, jeder Augenblick;
eine einzige unermessliche Wirklichkeit.
Octavio Paz (1914-1998)

Termine 2022

So, 18.09.22
Sa, 08.10.22
Sa, 05.11.22
So, 11.12.22
optional Aufstellungen
am Sa, 10.12.2022 in LB

Termine 1-2023

Fr, 13.01.23
Sa, 18.02.23
So, **19.03.23** vor Sonnenaufgang!
mit Aufstellungsarbeit und Meditation
am Sa, 18.03.2023 im Seminarhaus, optional.
Termin **Osterschwitzhütte 2023** folgt