

# Schamanisches Wochenende mit Schwitzhütte

7.-9. Juni 2024 im Seminarhaus Lenzwald



Freitag, 17 Uhr **Ankommen, Eröffnungsrunde & Trommeln am Feuer**  
Samstag: **Medizinrad-Ritual & Schwitzhütten-Zeremonie**  
Sonntag: **Reise zum Tier der Ganzheit & Ausklang**, Ende gegen 16 Uhr

290 €, maximal 10 Teilnehmer/innen, U/V extra

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

Information: [www.monika-ruhstorfer.com](http://www.monika-ruhstorfer.com), Innere & Äußere Reisen  
Monika Ruhstorfer 0881 / 927 87 91, [monika-ruhstorfer@web.de](mailto:monika-ruhstorfer@web.de)  
Agnes Maria Singer 0176 / 82025245

## **Schamanisches Wochenende mit Medizinrad-Ritual, Schwitzhütten-Zeremonie und schamanischer Reise zum Tier der Ganzheit.**

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

### Die Rituale im Einzelnen:

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.

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 schamanische **Reise zum Tier der Ganzheit** bringt dich über ein Krafttier, das sich in dir in einer schamanischen Reise zeigt, mit Deiner eigenen Ganzheit, Deiner Vollständigkeit, Deinem Ganz- und Heil-Sein in Kontakt. Wir werden zur Einstimmung Räuchern & Tanzen. Begleitet von den Klängen der Schamanentrommel reist Du dann zu Deinem Tier der Ganzheit. Du kannst anschließend das Tier malen und 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 das Tier der Ganzheit von nun an ein wichtiger BegleiterIn, WegweiserIn, FreundIn und Gefährte/Gefährtin für Dein weiteres Leben.

Für diese schamanische Reise sind wir in dem großzügigen Seminarraum.

## 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 auf Wunsch Trommeln am Feuer

Am Samstag führen wir vormittags nach einer gründlichen Vorbereitung das Medizinrad-Ritual im Freien durch. Nachbesprechung. Mittagspause.

Nach der Mittagspause 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. Anschließend gemeinsames Abendessen, evtl. Nachbesprechung und Ausklang.

Am Sonntagvormittag reisen wir zu dem Tier der Ganzheit. Nach dem Mittagessen bauen wir die Schwitzhütte ab und lassen das Zusammensein ausklingen mit einem gemeinsamen Kaffee-/Teetrinken. Ende gegen 16 oder 17 Uhr

## Finanzielles und Organisatorisches

290 €, 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/](http://www.pulsdererde.org/seminar-gaestehaus/)

## Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt per Mail an [monika-ruhstorfer@web.de](mailto:monika-ruhstorfer@web.de) oder über das Anmeldeformular auf meiner Webseite. Wenn noch ein Platz frei ist, bekommst du von mir eine Anmeldebestätigung mit der Bitte um Überweisung bis spätestens 1. Mai 2024. Du erhältst dann im Mai auch noch weitere Infos zur Anfahrt und was gut ist mitzubringen, insbesondere zur Schwitzhütte.

*Wir freuen uns auf Dich!  
Monika & Agnes & Eví*

MONIKA RUHSTORFER, M.A.

Demollstr. 10  
D-82407 Wielenbach

Tel. 0881 / 927 87 91  
Fax 0881 / 927 87 90

[monika-ruhstorfer@web.de](mailto:monika-ruhstorfer@web.de)  
[www.monika-ruhstorfer.com](http://www.monika-ruhstorfer.com)



MONIKA RUHSTORFER

Innere & Äußere Reisen®