



Schwitzhüttenritual am Höllbachhof



31.3.2012 Beginn 10:00

1.4.2012 Ende 14:00

Die Schwitzhütte, war bei den Indianern Nordamerikas wie auch bei allen anderen Völkern der nördlichen Erdhalbkugel weit verbreitet und diente der zeremoniellen Reinigung und physischen Gesunderhaltung und Heilung bei Erkrankung.

Der Schwitzhüttenbau unterliegt differenzierten Regeln, von der Wahl des Platzes über die Beachtung der Himmelsrichtungen, der Anzahl der zu verwendenden Holzstäbe und der symbolischen Darstellung von Elementen, Planeten und des Gleichgewichts der Kräfte. Für den Ablauf des Schwitzhüttenrituals ist ein Ritualleiter verantwortlich, der die Regeln und Bedeutungen interpretiert und sie variieren kann. Während des Schwitzhüttenrituals werden die ausgesuchten Steine in einer nahe gelegenen Feuerstelle erhitzt, durch den Feuerhüter in die Schwitzhütte getragen, mit Kräutern bestreut und mit Wasser übergossen. Diesen wiederholten Vorgang



begleiten intensive Gebete, manchmal auch Trommeln und Gesang. Das Ritual beginnt bereits mit der gemeinsamen Vorbereitung: Holz suchen (für ein großes Ritual-Feuer, das mehrere Stunden kräftig brennen muss), Steine suchen, Schwitzhütte mit Decken verschließen, Feuerplatz vorbereiten, Holz und Steine kunstgerecht aufschichten. Nach einer Pause (bis das Feuer die Steine zum Glühen gebracht hat) beginnt die eigentliche Schwitzhütte mit einer rituellen Reinigung der Teilnehmer durch Räuchern. Vor dem Betreten der Schwitzhütte werden dann die Kleider abgelegt und Schmuck und Opfergaben auf einen Altar gelegt. Das Ritual in der Hütte beginnt mit der Einladung der Ahnen und Geister, deren unterstützende Energie zum Erfolg beiträgt. Dann folgen meistens vier Runden, jede Runde mit einem Thema Schwitzen und Beten sollen eine äußere und innere Reinigung und die Wiedervereinigung mit dem Geist bewirken, damit der Mensch neu geboren wird.



Die Schwitzhütte mit ihrer Kuppel gleicht nach der traditionellen Erklärung dem Bauch einer schwangeren Frau, die auf der Erde liegt. So kehren die Teilnehmer in den Bauch der Mutter und der Mutter Erde zurück und erleben durch die rituell aufgerufenen Energien eine Reinigung, Erneuerung und Neuschöpfung ihrer Lebensenergie.



Dr. Stefan Schmidt ist akademisch und therapeutisch ausgebildet, seit 26 Jahren mit Menschen beschäftigt, in Klinik und Praxis, heilerisch im Gesundheitswesen seit 18 Jahren tätig und erfahren in der Entstehung von psychosomatischen Krankheiten und deren Heilung. Die letzten 12 Jahre hat er eine zusätzliche Weiterbildung in Heilweisen von Urvölkern bekommen. Bietet Heilweisen, spirituelle Schwitzhütten, verschiedene Seminare und Veranstaltungen an, die auf der homepage www.spiritonearth.de im Einzelnen beschrieben sind.



Beitrag für das Schwitzhüttenritual

- ❖ Mit Frühbucherrabatt Anmeldung bis 2.3.2012 ist der Beitrag € 50
- ❖ Bei Anmeldung bis 16.3.2012 ist der Beitrag € 60
- ❖ Bei Anmeldung ab 17.3.2012 ist der Beitrag € 80
- ❖ Bei Anmeldung ab 24.3.2012 ist der Beitrag € 110
- ❖ Bei Absage bis 16.3.2012 fallen € 20 Bearbeitungsgebühr an, danach erlauben wir uns den vollen Beitrag ein zu behalten.

(Informationen zu Unterkunft und Verpflegung weiter unten)

Informationen und Anmeldung:

Stiftung Höllbachhof: stiftung@hoellbachhof.net oder 09484 / 743

www.hoellbachhof.net



Der Veranstaltungsort

Der Höllbachhof ist ein wunderschönes altes Gehöft im oberen bayerischen Wald, etwa 30 Minuten von der Regensburger Innenstadt entfernt. Die ältesten Bestandteile des Anwesens stammen vermutlich bereits aus dem 16. Jahrhundert. Heute beherbergen sie einen kleinen Seminarbetrieb, in dem der ursprüngliche Charakter des Gehöfts eine gelungene Symbiose mit moderner Raumkultur eingeht.



Der Höllbachhof liegt in absoluter Alleinlage, eingebettet in die Landschaft des Naturschutzgebiets „Hölle“. Direkt hinter dem Seminarhaus klettert eine Felsenlandschaft empor und hinter dem großen Gemüsegarten öffnen sich die Wiesen und führen zum Wald hinunter. Ein Idealer Ort zur Rückerinnerung an uns selber sowie zur Rückverbindung zur Erde und den Kreisläufen der Natur.



Kosten für Unterkunft und Verpflegung

Zimmerkategorie	Pro Nacht	Die genannten Preise verstehen sich ohne Verpflegung . Für Vollverpflegung berechnen wir € 25 pro Tag, diese beinhaltet drei überwiegend vegetarische Mahlzeiten. Bei der Verpflegung achten wir auf die Verwendung regionaler Produkte und bevorzugen Zutaten aus biologischem Anbau. Bettwäsche und Handtücher kannst du selbst mitbringen oder gegen einen Aufpreis von € 7 von uns bekommen.
Einzelzimmer	42	Jede Unterbringungsvariante steht nur in begrenzter Anzahl zur Verfügung. Die Unterbringung wird in der Reihenfolge des Anmeldungseingangs zum Kurs vergeben.
Zweibettzimmer	32	
Paarzimmer	29	
Schlafsaal	22	
Schlafsaal / Empore	15	

Zum Wohle unserer Pflanzenkläranlage dürfen nur biologisch abbaubare Körperpflegeprodukte verwendet werden!

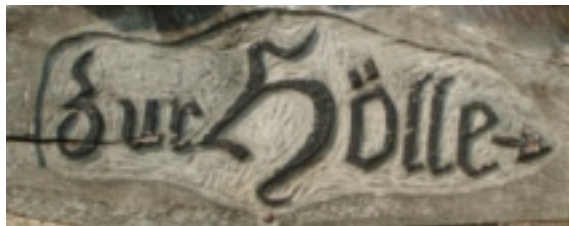
Wegbeschreibung zum Höllbachhof

Der Höllbachhof ist in der Nähe von Regensburg, im aufsteigenden Bayrischen Wald, direkt am Naturschutzgebiet „Hölle“ gelegen. Der nächste größere Ort ist Falkenstein. Mit dem Auto sind wir in ca. 35 Minuten von Regensburg erreichbar.

Anfahrt mit dem Auto:

Bis Regensburg, dort Richtung "Regensburg Ost, PASSAU". Auf der A 3 bis zur Ausfahrt "Wörth Ost, Falkenstein", Nr. 104 b, also erst die zweite Ausfahrt für den Ort Wörth an der Donau. Links Richtung Wörth und von hier ab immer in Richtung Falkenstein fahren, bis zum Ort Rettenbach, der nach ca. 10 km Fahrt erreicht ist. Nicht rechts in den Ort abbiegen sondern noch kurz geradeaus und nach dem Ortsschild die Abfahrt LINKS in Richtung Postfelden / Neumühle / Röhrenhof / Hölle. Am Sägewerk vorbei, rechts kommt ein Stausee, dann auf der Höhe des Ortsschildes "Postfelden" nach links abbiegen in Richtung Dösmühle, Höllbachhof und Naturschutzgebiet "Hölle".

Nach etwa 200 Metern nach rechts abbiegen, entlang den Telefonmasten (Weg nicht mehr öffentlich).



Der Weg macht eine Links- und dann Rechtsbiegung und führt leicht abwärts, dort in der Mulde liegen die Gebäude des Höllbachhofes und kurz davor beginnt auch der Fußweg durch das Naturschutzgebiet Hölle. Kurz nach dem Schild beginnen die Parkplätze.

Anfahrt mit der Bahn und dem Bus:

Prima wäre es, wenn du die Verbindungen so planst, dass du bis Rettenbach gelangst von wo aus wir dich kostenfrei abholen.

Du fährst mit dem Zug bis Regensburg Hauptbahnhof, dann mit dem Bus Nr. 5 Richtung Wörth und im gleichen Bus weiter nach Rettenbach. Diese Verbindung gibt es allerdings nur dreimal täglich. Oder bis Wörth (Haltestelle Reinfeld, was die Endstation ist), wo wir dich für € 6,- zu bestimmten Zeiten in einem shuttle-Service abholen. Sollte die Zeit des shuttles für dich nicht passen dann kannst du ein Taxi von Wiesent nehmen, das vorher bestellt werden muss 09482 / 3556 (25 € für max. 8 Pers.). Die Busfahrt von Regensburg nach Wörth oder Rettenbach dauert eine knappe Stunde. Die Busse fahren in Regensburg vom Busbahnhof (Haltestelle Albertstraße) ab, der gleich rechter Hand gegenüber vom Haupteingang des Bahnhofs liegt.

Kontakt und Information:

Puria C. Kästele, stiftung@hoellbachhof.net oder 09484/ 743