

Religion im eigentlichen Sinne

Aus der Tradition der nordamerikanischen Indianer ist ein Ritual zu uns gekommen, das uns mit der Mutter Erde wieder verbindet: die Schwitzhütte



Zeitgenössische Schwitzhütte in Costa Rica

Von Gerhard Popfinger

Die große Schildkröte, das kosmische Ufo, Indianersauna, Gebärmutter, Bauch der Erde, Ort von Tod und Wiedergeburt, spirituelle Waschmaschine – das sind nur einige der Andeutungen, Namen und Bezeichnungen für die Schwitzhütte, dieses einfach erscheinende Gerüst aus Zweigen und Decken und die darin stattfindenden Zeremonien. Viele Menschen haben sie bereits erfahren und dabei Körper, Geist und Seele gereinigt. Sie haben die Erde ganz neu unter ihren Füßen gespürt, sich mit ihr rückverbunden und ihr Herz füreinander geöffnet. Viele haben die Erfahrung von Heilung gemacht, manche das Gebet für ihr Leben neu erschlossen. Kaum einer geht unberührt durch diese intensive Erfahrung. Sie vermag uralte Erinnerungen in uns zu wecken, an die Große Mutter Erde und ihre Kinder, an die vier Elemente und die Verbundenheit allen Lebens, an archaische Lebensbilder der Menschheitsgeschichte, verschüttete Erinnerungen der persönlichen Geschichte, unterdrückte Gefühle, Wunden und Schmerzen, sogar an die eigene Geburt.

Sich rückverbinden

Eine Schwitzhüttenzeremonie ist Religion im eigentlichen Sinne, ohne dabei einer bestimmten spirituellen Richtung den Vorzug zu geben. Religion stammt von lateinisch re-ligio – Rück-Verbindung, mit den Wurzeln, der eigenen Herkunft, der eigenen Geschichte, den Ahnen. Alles Dinge, die in unserer auf Fortschritt und Wachstum ausgerichteten Gesellschaft mit ihrem andauernden Jugendlichkeitswahn immer noch schwer ihre Berechtigung und ihren Platz finden. Ohne Verbindung zu den Wurzeln und zur Erde aber hebt der Kopf ab ins rein Geistige, verliert den Kontakt zum Lebendigen, zum fruchtbaren Boden des Lebens, zur Materie (von lat. mater = Mutter!), eben der Großen Mutter Erde, dem Ursprung unseres gesamten Lebens.

Ein Kind der Erde zu sein ist nicht ein beschönigender Euphemismus, den man nur kleinen Kindern erzählt, sondern unmittelbarste Realität, denn unser Körper besteht aus umgewandeltem Erdmaterial. Unsere Nahrung wird aus der Erde



Ein kalifornischer Ureinwohner am Eingang der Schwitzhütte

Die große Schildkröte, das kosmische Ufo, Indianersauna, Gebärmutter ... viele Namen gibt es für dieses einfach erscheinende Gerüst aus Zweigen und Decken und die darin stattfindenden Zeremonien



Schwitzhüttenzeremonie in Deutschland

Von Aurelio Diaz
Tekpankali
bemaltes Temascal
(Schwitzhaus)



Traditionelle
Bauweise einer
Navajo-/Diné-
Schwitzhütte



Rindengedeckte Schwitzhütte der
Ottawa (Kanada)



gebildet, unsere Kleidung, unsere Häuser, unsere Wärme, alle unsere Errungenschaften und die Technik unserer hoch entwickelten Zivilisation bis hin zu Kunststoffen, Autos und Computern – all das ist Erde, all dies sind Geschenke der großen Mutter. Wo sonst sollte es auch herkommen? Sich dessen wirklich bewusst zu sein, schafft Umsicht, Einsicht, Rücksicht, Balance, Ausgleich und ein Leben, das genug für alle bietet. Seine Wurzeln zu vergessen aber führt zu abgehobenem und isoliertem Handeln, zu Gier und Geiz, Ausbeutung, Isolierung, Ungerechtigkeit und Verwirrung.

Erdheilung ist Menschenheilung

Schaut man nüchtern in unsere gegenwärtige Welt, sieht man, dass die Verbindung zu unseren Wurzeln, zur Großen Mutter Erde und generell zur weiblichen Kraft weitgehend vergessen ist. Nicht zufällig verbreitet sich gerade in dieser Zeit das uralte Ritual der Schwitzhütte um die ganze Welt, besonders in Mitteleuropa. Es bedeutet Rückverbindung mit der Natur und all ihren Ausdrucksformen. Es bedeutet, die Große Mutter Erde als Ursprung allen Lebens, als große Gebälerin und damit generell die weibliche Kraft auf unserem Planeten wertzuschätzen und zu ehren. Es bedeutet, sich zu erinnern an die eigenen Wurzeln, seine Ahnen, die eigene persönliche Geschichte mit all ihren Höhen und Tiefen und an die eigene

Vision. Es bedeutet, sich zu verbinden mit dem Netzwerk des Lebens, und den Platz freudig auszufüllen, den wir Menschen als bewusst schöpfende Wesen darin einnehmen. Es bedeutet auch, wieder zu danken und zu bitten, seine Wünsche und Absichten dem Universum mitzuteilen, und die Verantwortung für das eigene Leben und Handeln im Einklang mit dem großen Ganzen zu übernehmen.

So kann eine Schwitzhüttenzeremonie neben einfacher Freude zugleich Therapie, Heilung und Erwachen sein für jeden Teilnehmer, der in den Bauch von Mutter Erde kriecht, für unsere gesamte Gesellschaft und für die Erde selbst. Erdheilung ist Menschenheilung – und umgekehrt! ■

Bilder und Text entnommen aus: »Die Schwitzhütte. Herkunft, Bau und Ritual«, von Gerhard Popfinger, 319 S., SC, Arun Verlag 2010, 19.95 €



Gerhard Popfinger leitet Visionssuchen, Schwitzhüttenzeremonien und andere naturspirituell orientierte Seminare und bildet Schwitzhüttenleiter aus.
www.gaiabewusstsein.de