



## La Cérémonie de la Sweat Lodge ou Hutte de Sudation

Bonjour

Voilà le nouveau programme des cérémonies  
de mars à juillet 2024!

et

d'autres propositions sur demande:

- **Accompagnement approfondi sur la base du concept de la Roue de Médecine,**  
- en individuel ou en petit groupe

-

### - Le Chemin de Médecine:

une journée en route avec une question, en se laissant guider par son intuition et enseigner par la nature

-

**Des séances énergétiques sur la base du „Toucher Thérapeutique“**  
selon Dr.D. Krieger et D. Kunz

### LES DATES

<b>Samedi, le 23 Mars</b>	de 11h à 19h environ - <b>lodge mixte</b>
<b>Samedi, le 27 Avril</b>	de 11h à 19h environ - <b>lodge mixte</b>
<b>Samedi, le 25 Mai</b>	de 13h à 20h environ - <b>lodge mixte</b>
<b>Samedi, le 22 Juin</b>	de 13h à 20h environ - <b>lodge femmes</b>
<b>Samedi, le 27 Juillet</b>	de 13h à 20h environ - <b>lodge mixte</b>

Dans les heures indiqués un temps de préparation et un temps pour le repas après la cérémonie sont inclus. Il peut arriver qu'une cérémonie dure un peu plus longtemps qu'indiqué.

**Lieu: Froideville 1, 1144 Ballens/Bière**

**Attention: Il y a 2 Froideville!**

**Ce n'est pas le Froideville au-dessus de Lausanne!**

#### A prendre avec vous:

- une pierre (assez grande pour être transportée sur une fourche) pour mettre dans le feu
- des habits légers en coton, à porter dans la hutte : **jupe longue** et t-shirt ou/et **paréo**  
pour les femmes, t-shirt, short pour les hommes)
- une ou deux serviettes de bain (pour s'essuyer et éventuellement pour s'asseoir dessus)
  - des habits chauds selon la saison
  - de bonnes chaussures
- de l'eau, un thermos avec de la tisane, des couverts
- un pique-nique à partager après la cérémonie

**Une lampe de poche !**

**Pour les femmes:** si le jour de la cérémonie tombe sur les jours de vos règles (période sacrée pour les Amérindiens), je vous prie de me le signaler, s'il vous plaît. Je vous parlerai volontiers de la vision des Amérindiens concernant cette période.

### Important:

**Merci de ne pas boire de l'alcool ou consumer des substances au moins 24 heures avant la cérémonie!**

### La cérémonie de la Sweat Lodge ou Hutte de Sudation, Inipi pour les Lakota, Temascal au Mexique

est une cérémonie de purification avec des pierres chauffées dans le feu, anciennement connue dans différentes cultures du monde. Les peuples indigènes des Amériques la pratiquent encore aujourd'hui. C'est par eux qu'elle est revenue en Europe. Cette cérémonie sert à nous purifier aux niveaux physique, émotionnel, mental et spirituel et à nous reconnecter avec la terre, le ciel, les éléments et tout ce qui est vivant.

### Ma rencontre avec la Sweat Lodge

#### Maja Lanz

J'ai vécu cette cérémonie pour la première fois en 1984 avec Archie Fire Lame Deer, un chef spirituel Sioux Lakota qui l'a apporté en Suisse, et aussi dans les prisons aux Etats Unis. Il m'a appris le chant du bison qui m'a accompagné jusqu'à aujourd'hui.

Après plusieurs séjours en Arizona chez les Diné (Navajo), Daniel H. Freeland m'a enseigné à célébrer la cérémonie en 1993, afin que je la partage avec vous. Je lui en suis infiniment reconnaissante, car elle a attiré et réuni plein de personnes et m'a permis de les – vous rencontrer d'une manière unique et précieuse. Elle m'a tant appris et elle continue à m'enseigner: à sentir, voir, écouter les pierres vivantes, à ressentir le sacré dans la simplicité d'un cercle d'êtres humains autour des pierres rouges, à percevoir le reflet de mes erreurs, mes ombres, à être simple, vrai, à faire confiance et me mettre en retrait pour permettre à des forces bien plus grandes que moi, d'agir.

#### Inscription

Je vous prie de vous inscrire pour vérifier, s'il y a de la place et si la cérémonie a lieu (des changements peuvent arriver).

Tel. portable : +41(0)78 914 39 32

e-mail: [malajan@bluewin.ch](mailto:malajan@bluewin.ch)

**Frais de participation recommandés :** fr. 40.- par personne, fr. 60.- par couple. L'argent est utilisé pour le bois et d'autres frais en lien avec de la cérémonie ainsi que pour le soutien de projets Amérindiens ou autres. Si vous n'avez pas les moyens de payer la cérémonie, merci d'apporter un paquet de tabac.

#### Itinéraires

##### Depuis l'autoroute Genève-Lausanne

**Sortie Morges:** à la sortie monter à gauche direction **Bière**. Traverser plusieurs villages (Lully, Denes, Bussy) en suivant la direction de Bière. Après **Apples** continuer environ un km. Avant un grand virage à droite tourner à gauche direction **Froideville**. après environ 30 m descendre le **premier** chemin à gauche, garer la voiture derrière la maison. Vous êtes arrivés !

##### Depuis l'autoroute Lausanne-Genève:

##### Sortie Morges Ouest

Au feu monter à gauche. Au rond-point tourner à gauche dir. Bière. Continuer tout droit : Lully - Denes – Bussy Chardonnay – Apples. A Apples dir. Bière. Après environ 1km à l'indication **Froideville** tourner à gauche. Après environ 30 m descendre le **premier** chemin à gauche. Garer la voiture derrière la maison.  
Vous y êtes!

#### VOIR LE PLAN DESSOUS!

##### Depuis l'autoroute Yverdon-Lausanne

##### Sortie Cossonnay

A gauche dir. Cossonnay – Coss. gare – Coss. Ville. Au dernier rond-point à la sortie de la ville prendre la 1e sortie direction L'Isle, Mollendruz. Suivre L'Isle. A L'Isle tourner à gauche **avant** le pont. Continuer tout droit quelques km jusqu'à Ballens.

Au rondpoint tourner à gauche direction Morges. Avant le grand virage à gauche continuer tout droit direction Yens, Froideville. Un peu plus loin (avant le passage à niveau) prendre le **premier** chemin qui descend à gauche. Garer la voiture derrière la maison.

##### En train : Gare de Morges : **BAM** direction Bière jusqu'à Froideville (arrêt sur demande!)

quand vous sortez du train, continuez à marcher dans la direction où vous sortez sur la route goudronnée environ 10 ou 20 mètres, puis tournez à droite, là où il y a une boîte à lettres (une ancienne ruche, jaune), puis vous descendez ce chemin, continuez à côté de la maison. la hutte se trouve derrière la maison 5min de l'arrêt du train).

Pour ceux et celles que j'envoie le programme par poste, merci de m'envoyer votre adresse e-mail, si vous en avez une !

Je me réjouis de vous retrouver ou rencontrer autour du feu auprès de nos grand-mères et grand-pères, les pierres!

Cordiales salutations

Maja Lanz

**Important:** Le participant n'est pas assuré contre les accidents, dont il pourrait être victime lors de sa présence. Nous déclinons toute responsabilité en cas d'éventuels dommages aux personnes ou pour les objets ou valeurs disparus, perdus ou échangés sur le site. Merci de votre compréhension!

Maja Lanz, en janvier 2024

