Published in the Internet on following website:
http://www.welcomehome.org/rob/sweat/sweat.html

Veröffentlicht im Internet auf folgender Webseite:
http://www.welcomehome.org/rob/sweat/sweat.html

A Sweat Lodge

by Rob Savoye

This is more of a "how-to" guide on sweat lodges, so it mostly deals with the physical aspects of building and having a sweat. For the spiritual side, you'll have to try better sources than myself.

This page is mostly notes on doing a sweat as I was shown by a Yakia friend of mine that is well known for his traditional sweats.

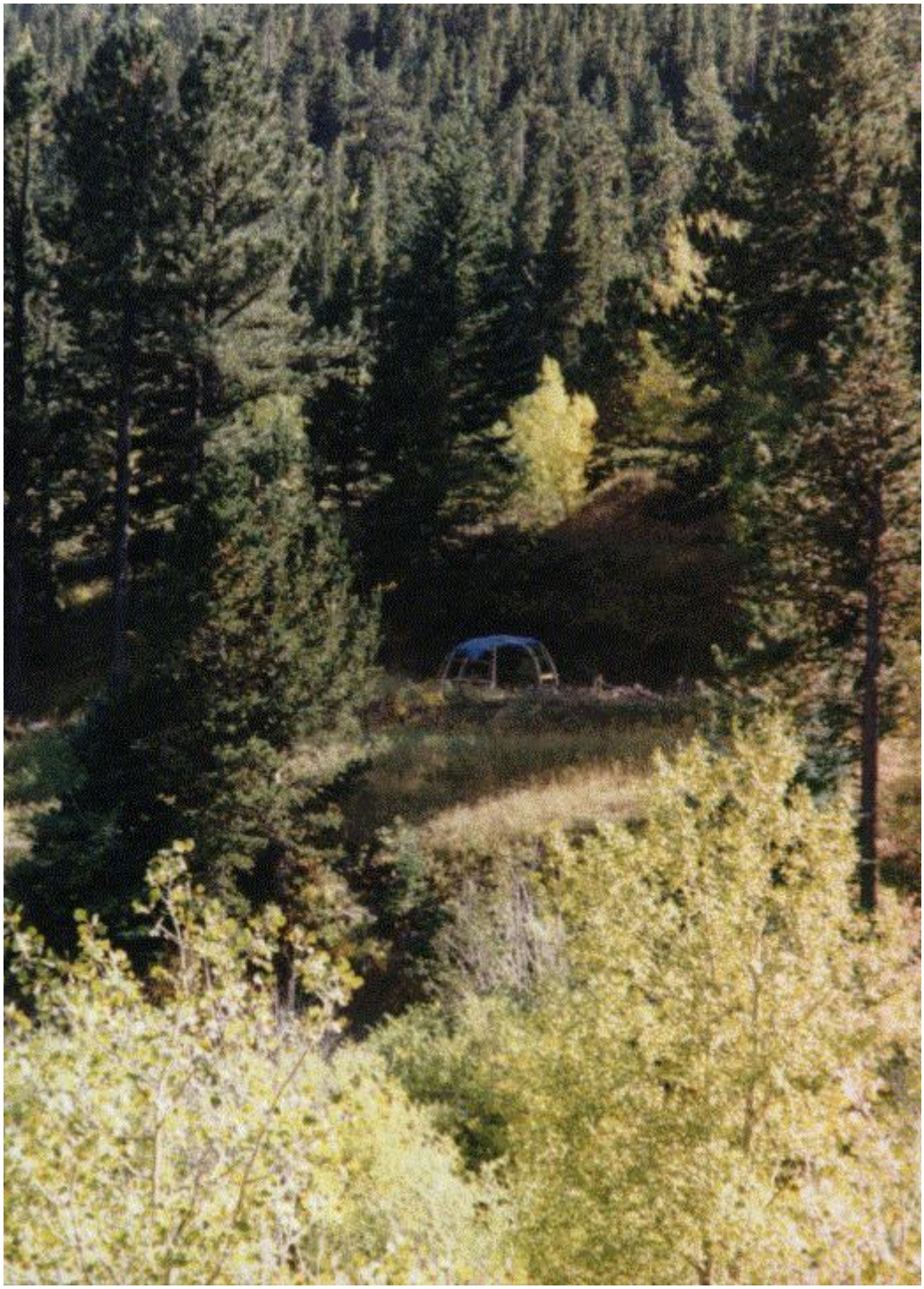
Eine Schwitzhütte

von Rob Savoye

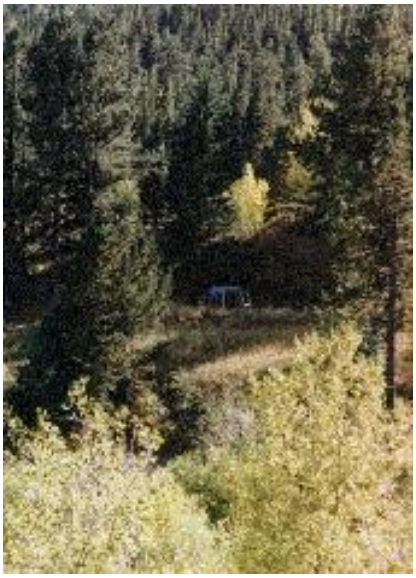
Dies ist eher ein “Wie mache ich es”-Führer über Schwitzhütten und so behandelt es meist die körperlichen Aspekte des Bauens und Betreibens einers Schwitzhütte. Für die spirituelle Seite wirst Du bessere Quellen als die meine bemühen müssen.

Diese Seite beinhaltet meist Anmerkungen zur Durchführung einer Schwitzhütte so wie ich es von einem YAKIA-Freund gezeigt bekam, der für seine Kenntnis traditioneller Schwitzhütten bekannt ist.

The Location Der Ort



The Location



An important thing to start with is the right location. This is a picture of the sweat lodge from across the ponds. We found this site by walking around and looking for anything we could consider a good sign. At this spot there were numerous trees that had been chewed by the beavers in the pond. That combined with a nice view of the ponds and the mountains, plus good access made this the perfect spot.

We knew we had the right spot when we found a hummingbird nest in the tree by the fire pit. My friend Felippe' related a story of how he had been woken up by a hummingbird outside his window that morning, and we felt it was telling us this was the right spot for our sweat lodge.

At later sweats I've heard the beavers come out and slap their tails on the water, and the coyote's crying in the night. This seems to me to support the spot that we chose was a good one.

Der Ort

Eine wichtige Sache ist es mit dem richtigen Ort zu beginnen. Dies ist ein Bild einer Schwitzhütte aufgenommen oberhalb der Teiche. Wir fanden diese Stelle durch Herumwandern und Ausschauhalten nach etwas, das wir als gutes Zeichen betrachten können. An dieser Stelle standen mehrere Bäume die durch die Biber in den Teichen angenagt waren. Dieses, verbunden mit einer guten Aussicht auf die Teiche und die Berge sowie einem guten Zugang, machten es zum perfekten Platz.

Als wir einen Kolibri fanden, der in einem Baum in der Nähe der Feuerstelle nistete, wußten wir, dass wir den richtigen Fleck gefunden hatten. Mein Freund Felippe erzählte uns eine Geschichte, wie er an diesem Morgen von einem Kolibri vor seinem Fenster aufgeweckt wurde und wir fühlten, dass uns dies sagen will, dass das hier der richtige Platz für unsere Schwitzhütte war.

Bei späteren Schwitzhüttengängen hörte ich die Biber herauskommen und mit den Schwänzen auf das Wasser schlagen und die Koyoten schrieen in der Nacht. Das schien mir zu bestätigen, dass der Platz, den wir gewählt hatten, ein Guter war.

The Fire Pit

Die Feuerstelle

The Fire Pit

This is the fire pit after cleaning, and before building the fire. In the center is the sage we sat on in the previous sweat. The logs were buried in the pit as I'll describe below.

The fire pit starts as a hole 3 feet across, and about 2 feet deep. The dirt that is removed is used to built up the sides of the fire pit, as the flames can get pretty large. In the hole in the very bottom, we stacked cord wood (large logs, 3-6 inches in diameter) in the hole to act as a bottom layer.

The whole fire pit was about 5 feet across, and 7 feet long, with the sides about a foot tall. Now that this sweat has been used a bunch of times, the sides have gotten much higher.

Die Feuerstelle

Dies ist die Feuerstelle nach der Säuberung und bevor wir das Feuer aufbauten. In der Mitte ist der Sage [Steppenbeifuss] auf dem wir beim letzten Schwitzhüttengang sassen. Die Holzscheite waren in der Feuerstelle begraben so wie ich es unten beschreiben werde.

Die Feuerstellen beginnt mit einem 90 cm breiten und über 60 cm tiefen Loch. Die entfernte Erde wird benutzt um die Seiten der Feuerstelle aufzuschütten, da die Flammen sehr hoch werden können. Auf dem Grund des Loches schichteten wir Klafterholz als Bodenbedeckung (große Scheite, im Durchmesser etwa 8 bis 15 cm).

Die ganze Feuerstelle war etwa 1,50 m breit und 2,10 m lang mit über 30 cm hoher Seitenaufschüttung. Nachdem die Schwitzhütte schon ein paarmal benutzt wurde, waren die Seiten um Einiges höher gewachsen.

The Layout Die Anordnung

The Layout

This shows the rough layout of our sweat area. On the right is the piles of fire wood. We find we need roughly 2 piles of logs about 3 long, in a pile about 4 feet long, and 3 feet high. In front of the wood pile is the fire buckets. We always keep 4 buckets of water around in case the fire gets out of control. We've never used it, but after fighting forest fires in Wyoming in 1994, none of us wanted to risk things getting out of control.

The fire pit is to the left, with the uncovered sweat lodge behind it. The dor of the sweat lodge faces to the NW in this case. Just out of site between the fire pit sand the sweat lodge is the altar, you'll be able to see it better in other photos.

Here you can see the frame for the first time. This frame was made out of green aspen trees with their bark pealed off. The frame is about 10 feet in diameter, with a shallow depression 6 inches deep, and 2 feet across. The ends of the trees were buried in the ground, and bent over and then tied with cord. The frame is pretty sturdy, although I wouldn't want to sit on it.

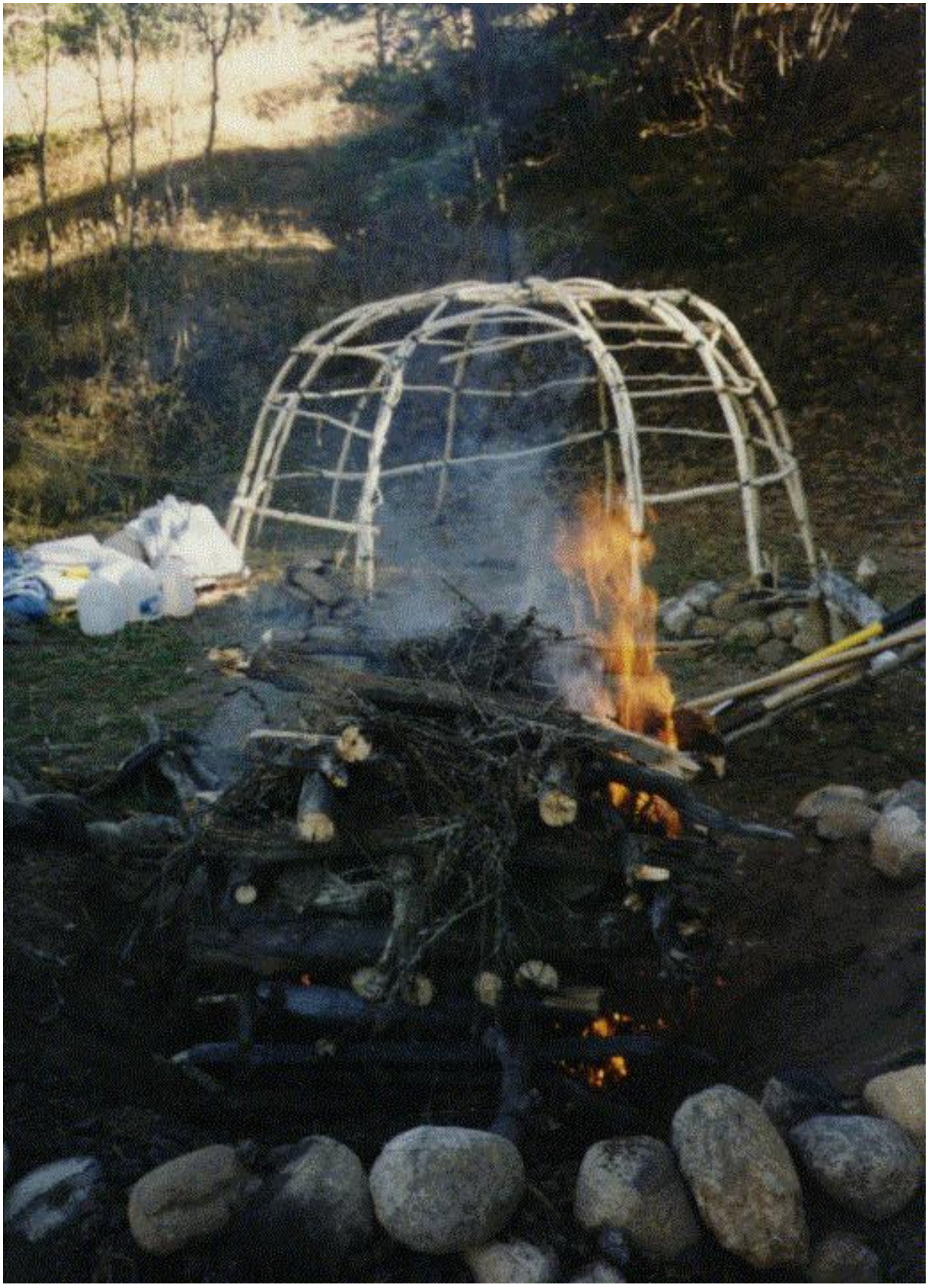
Die Anordnung

Dies zeigt die grobe Anordnung unseres Schwitzhüttenplatzes. Rechts sind die Feuerholzstapel. Wir fanden heraus, dass wir ungefähr zwei Stapel mit etwa 90 cm langen Scheiten benötigen, ein Stapel etwa 1,20 m lang und 90 cm hoch. Vor den Holzstapel stehen die Löscheimer. Wir haben etwa 4 Eimer Löschwasser für den Fall, dass das Feuer aus der Kontrolle gerät. Wir brauchten es bisher noch nie, aber nach der Waldbrandbekämpfung 1994 in Wyoming wollte niemand von uns Dinge riskieren, die ausser Kontrolle geraten.

Die Feuerstelle ist links, mit der unbedeckten Schwitzhütte dahinter. Der Eingang der Schwitzhütte ist in diesem Fall nach Nordwesten ausgerichtet. Ausserhalb des Bildes zwischen Feuerstelle und der Schwitzhütte ist der Erdaltar, den Du in anderen Bildern besser sehen wirst.

Hier kannst Du das Hüttengerüst erstmals sehen. Dieses Gerüst ist aus Zitterpappelzweigen gemacht denen die Rinde abgeschält wurde. Das Gerüst hat einen Durchmesser von ungefähr 3 m, mit einer Mulde von etwa 15 cm Tiefe und 60 cm Durchmesser. Die Enden der Äste wurden in den Boden eingegraben, durchgebogen und mit Seil zusammengebunden.

Lighting The Fire Entzünden des Feuers



Lighting The Fire

The fire is built as a box, using the longest logs. This is built on top of the cord wood as show in the first picture. The bettom layer of the fire has to support the weight of the rocks and the fire without falling over. It's started as a box, with the corners facing the fours directions. It's about 3 feet sq., and built with some of the biggest logs. In the middle of the box is built a teepee fire of kindling, and the whole box is then filled in with pine cones and pine nettles. This layer is about 2-3 feet high when done. It's then topped off with a solid layer of decent sized logs.

On top of this the rocks (we use about 27 per sweat) are piled into a dome, and then another box of smaller logs is built around the rocks on top of the lower layer. This layer is built up another 2-3 feet, so the whole log pile is about 5-6 feet high. This is why the pit needs to be deep and wide. This upper box is then also filled also with pine cones and nettles.

Throughout the whole structure is the sage from the previous sweat, with the final handfulls going on the very top. The fire is then lit the fire with a burning smudge stick (we used sage, we have lots of it growing around here) at the four directions. This pictures was taken as it just started to light.

Entzünden des Feuers

Das Feuer ist wie ein Kasten gebaut, dabei wurden die längsten Scheite benutzt. Es ist aufgebaut auf der Schicht Klafterholz wie im ersten Bild gezeigt. Die Holzschicht am Boden hat das Gewicht der Steine und des Feuers zu tragen, ohne dass dieses zusammenfällt. Sie ist als Kasten gebaut mit einer Ausrichtung der Ecken in die vier Himmelsrichtungen. Sie ist ungefähr 90 cm im Quadrat, und gebaut mit einigen der größten Scheite. In der Mitte des Kastens ist ein Tipi-Feuer aus Kleinholz aufgebaut, und dann wird der ganze Kasten mit Kiefernzapfen und –nadeln aufgefüllt. Diese Lage ist, wenn sie fertig ist, etwa 60 bis 90 cm hoch. Sie wird bedeckt mit einer Schicht der größten Scheite.

Auf diese Oberfläche werden kuppelförmig die Steine geschichtet (wir benötigen etwa 27 für eine Schwitzhütte) und dann wird ein weiterer Kasten mit kleineren Scheiten auf der unteren Lage um die Steine herum gebaut. Diese Lage wird wiederum 60 bis 90 cm hoch, so dass der ganze Stapel etwa 1,50 m bis 1,80 m hoch ist. Das ist der Grund, weshalb der Feuerplatz so breit und so tief sein muss. Der obere Kasten wird dann ebenso mit Zapfen und Nadeln ausgefüllt.

Die Krönung des Ganzen ist eine Handvoll Sage [Steppenbeifuss] der letzten Schwitzhütte auf der Spitze. Das Feuer wird dann an allen Himmelsrichtungen mit einem Räucherbündel entzündet (wir benützen Sage, von dem hier viel in der Gegend wächst). Das Bild wurde gemacht als es gerade zu brennen begann.

The idea is to build a fire for the coals, as you want to really cook the rocks. The bottom layer becomes the coals that the rocks sit in. A good rule of thumb is you can always add more wood on top of the rocks, but you'll never get a chance to put more logs under the rocks.

Here's also a better view of the frame. It's got three horizontal sets of additionsl sticks tied on for bracing. The center hub is also tied together. Tied at random intervals throughout the sweat are little pinches of tobaco in cloth scraps. These are offerings.

Der Gedanke ist ein Feuer für glimmende Kohlen zu bauen, denn Du willst die Steine ja richtig erhitzen. Eine gute Daumenregel ist, dass Du immer Holz auf die Steine legen kannst, aber niemals die Gelegenheit bekommst, Holz unter sie zu bringen.

Hier ist auch eine bessere Ansicht des Gerüstes. Sie bekam zusätzlich drei waagrechte Sätze zusätzlicher Äste als Versteifung aufgebunden. Der Mittelpunkt ist ebenfalls zusammengebunden. In unregelmässigen Abständen sind in der Schwitzhütte Stoffsäckchen mit kleinen Mengen Tabak angebunden. Dies sind Opfergaben.

The Fire **Das Feuer**

The Fire

Here's another picture of the fire after it was lit. Here you can see the U shape of the fire pit, with the wood pile and water buckets behind it. The opening faces the door of the sweat lodge. It's from this opening that you drag the rocks out. The log behind the fire pit is a fence between the altar and the fire pit. Only fire tenders are supposed to step over it during a ceremony.

The sides of the fire pit are covered with the rocks from previous sweats. We try to not reuse them, and as most get pretty cracked, they wouldn't work good anyway. When we clean out the fire pit, we spread the ashes and coals on the sides of the fire pit. Then the stones from the last sweat get piled on top.

Das Feuer

Hier ist ein weiteres Bild des Feuers nachdem es angezündet wurde. Hier kannst Du die U-Form der Feuerstelle sehen, mit dem Holzstapel und den Löscheimern dahinter. Die Öffnung liegt gegenüber dem Eingang der Schwitzhütte. Aus der Öffnung trägst Du die Steine heraus. Der Ast hinter der Feuerstelle ist eine Einfriedung zwischen dem Erdaltar und der Feuerstelle. Nur den Feuerleuten ist es erlaubt diesen während einer Zeremonie zu übertreten.

Die Seitern der Feuerstelle sind bedeckt mit Steinen früherer Schwitzhüttenzeremonien. Wir versuchen sie nicht wieder zu benutzen, und weil die meisten zerbrochen sind, würden sie sich ohnehin nicht mehr gut eignen. Wenn wir die Feuerstelle aussäubern, verteilen wir die Asche und die Holzkohle auf die Seiten der Feuerstelle. Dann werden die Steine der letzten Schwitzhüttenzeremonie darüber geschichtet.

The Covered Lodge

Die abgedeckte Hütte

The Covered Lodge

Here's the fire after burning down. The fire has to burn around a minimum 3 hours for the rocks to get good and cooked. The sweat has been covered while the fire burns. The three jugs are for drinking water to be used during the sweat, and the blue bucket on the right it for splashing on the rocks.

The sweat is first covered with a layer of sheets, then blankets, and finally tarps. The bottoms of the layer should lay on the ground for about 6-8 inches. Pile rocks on the bottoms, all around the sweat lodge. This is to seal the bottom up from drafts.

The door is several folded blankets wider than the opening. The corners of the blankets are tied together, and ropes tie the corners to rocks or pegs on the other side of the sweat. This acts as a hinge. We also tie the tarps down real good, as we get pretty strong winds here in Colorado.

Die abgedeckte Hütte

Hier ist das Feuer nach dem es heruntergebrannt ist. Das Feuer muss mindestens drei Stunden brennen damit die Steine fertig und gut erhitzt sind. Die Schwitzhütte wird abgedeckt während das Feuer brennt. Die drei Flaschen sind für das Wassertrinken während des Schwitzens, und der blaue Eimer rechts daneben zum Bespritzen der Steine.

Die Schwitzhütte wird zunächst mit einer Lage Folie, dann Decken und zum Schluss mit Planen abgedeckt. Die Enden der Abdeckungen sollten 15 bis 20 cm auf der Erde liegen.Steine auf die Enden schichten, rund um die Schwitzhütte. Das ist um die Hütte gegen Zugluft abzudichten.

Die Tür besteht aus mehreren zusammengefalteten Decken, größer als der Eingang. Die Ecken der Decken sind zusammengebunden, und Seile verbinden die Ecken mit Steinen oder Pflöcken auf der anderen Seite der Schwitzhütte. Dies funktioniert wie eine Türangel. Wir befestigen die Planen ebenfalls sehr gut auf dem Boden, da wir hier in Colorado mitunter starke Winde haben.

Just Before Sunset

Kurz vor Sonnenunter-gang

Just before Sunset

This was taken at dusk as we were about to get started. Here the fire has been stoked up to keep the next round of rocks hot. Just to the left of the sweat lodge, you can see the altar. The altar is made from the dirt that comes out of the hole in the sweat for the rocks. On it we all place special things for the ceremony.

Our altar usually has sweet grass on the pipe holder, some feathers, some ancient pottery shards from the four corners, ashes from Felipee's previous sweat down at Big Mountain, and other objects. Off to the left are piles of rocks. We try to keep a few piles of rocks, each enough for one full sweat. This way we can do sweats in the winter, when snow is everywhere, and rocks are hard to find.

You can see the wood pile has been burned down considerably during the last 3 hours. Here we're looking towards the north star. overlooking the beaver ponds, and looking up the valley towards the house.

Before going in the entire floor of the sweat is covered in fresh sage. This is kinda nice, as it keeps you out of the dirt some. We then put the drinking jugs by the door so we can grab them, and the bucket full of water goes by the door also. We'll put both inside before we close the door.

Kurz vor dem Sonnenuntergang

Dieses Bild wurde in der Dämmerung gemacht als wir gerade beim Beginnen waren. Das Feuer wurde neu beschickt um die nächste Runde Steine heiß zu halten. Unmittelbar links neben der Schwitzhütte kannst Du den Erdaltar sehen. Der Erdaltar ist mit Erde aus der Vertiefung für die Steine in der Schwitzhütte gemacht. Auf ihn legen wir alle besonderen Dinge für die Zeremonie.

Unser Erdaltar hat gewöhnlich Sweetgrass [Süßgras] auf dem Pfeifenhalter, einige Federn, etwas alte Töpfereien für die vier Himmelsrichtungen, Asche von Felippes früheren Schwitzhüttenzeremonien am Fuß der Großen Berge und andere Objekte. Ganz links ein Haufen Steine. Wir bevorraten immer ein paar Haufen Steine, jeder groß genug für eine Schwitzhüttenzeremonie. Auf diese Weise könne wir Schwitzhüttenzeremonien im Winter machen wenn überall Schnee ist und Steine kaum zu finden sind.

Du kannst sehen dass der Holzstapel während der letzten drei Stunden beträchtlich niedergbrannt ist. Hier schauen wir in Richtung des Nordsterns über die Biberteiche ins Tal vor der Hütte.

Bevor wir alle hineingehen, bedecken wir den Boden der Schwitzhütte mit Sage [Steppenbeifuss]. Das ist eine schöne Art und Weise um sich vor dem Schmutz zu schützen. Dann stellen wir die Trinkflaschen neben den Eingang, so dass wir nach ihnen greifen können und der Eimer voll Wasser kommt ebenfalls nahe zum Eingang. Wir nehmen beides mit hinein bevor wir den Eingang verschliessen.

And just for a change of pace, here's a final picture of our sweat lodge during a cooler, more quiet period. We typically don't use the sweat during the winter as it's buried in deep snow drifts. Winter is pretty intense here at 8500 feetin the Colorado Rockies.

Einfach zur Abwechslung am Schluß noch ein Bild unserer Schwitzhütte während einer kühleren, eher ruhigen Jahreszeit. Üblicherweise benützen wir die Schwitzhütte im Winter nicht, weil alles in tiefen Schneewehen begraben ist. Der Winter hier in den Colorado Rockies ist in 2600 m Höhe ü.d.M. sehr intensiv.

The Sweat Itself

I don't feel I can adequately describe the feelings I go through when doing a sweat, or the thoughts that run through my head. So I'm gonna keep this to the basics.

I know of two styles of sweats. One is the the traditional sweat, and the other my friend calls "New Age Sweats". I refuse to make a judgement here on the net, so I'll elaborate on both.

Common to many styles of sweating is the idea of spiritual cleanliness. Many sweats start with all the participants fasting for an entire day, and during that entire day avoiding caffine, alcohol, or other potentially altering sunstances. This should be a day of contemplation, in preparation for the sweat.

Both sweats usually start with everyone that is entering the sweat getting purified with sage and/or cedar. We find the easy way is to just get some hot coals in a shovel, and sprinkle the sage on top. This makes a nice smoke. We then pass the burning sage smoke up and down and left to right by the person that is about to enter. This is done for all the folks sweating.

Die Schwitzhüttenzeremonie

Ich glaube nicht dass ich tatsächlich die Gefühle beschreiben kann die ich während einer Schwitzhüttenzeremonie hatte, oder die Gedanken die mir dabei durch den Kopf gegangen sind. So werde ich diese in meinem Wesen bewahren.

Ich kenne zwei Arten von Schwitzhüttenzeremonien. Die Eine ist die traditionelle Schwitzhüttenzeremonie, und die Andere nennen meine Freunde die „New-Age-Schwitzhütte“. Ich weigere mich hier im Internet darüber zu richten, und so werde ich beides näher ausführen.

Vielen Schwitzhüttenzeremonien gemeinsam ist der Gedanke der spirituellen Reinigung. Viele Schwitzhüttenzeremonien beginnen für die TeilnehmerInnen mit einem Tag des Fastens, ohne Koffein und Alkohol oder anderen vergleichbaren Substanzen. Es sollte als Vorbereitung der Schwitzhüttenzeremonie ein Tag der Besinnung sein.

Beide Schwitzhüttenarten beginnen gewöhnlich damit, dass jeder, der die Schwitzhütte betritt, zuvor mit Sage [Steppenbeifuss] und/oder Zeder beräuchert wird. Wir finden dass der einfachste Weg dazu ist, ein paar glimmende Kohlen in eine Schaufel zu tun und den Sage darüber zu streuen.Das gibt einen schönen Rauch. Dann verteilen wir den Sage-Rauch oben und unten sowie links und rechts der Person die eintreten will. Das wird mit allen Leuten, die schwitzen wollen, gemacht.

At this point the styles diverge somewhat. Traditional sweats aren't usually done "sky-clad", and most new age sweats (at least in the Rainbow Family tradition) are done naked. A towel or a pair of shorts is more appropriate for a traditional sweat.

Once everyone enters the sweat lodge, the fire tender puts 7 rocks in the small hole in the center of the lodge. As each rock is put inside, people sprinkle cedar on the rocks. The buckets are put inside, and the door is closed.

In a traditional sweat, there is more guided prayer, chanting, and drumming. I've also been in sweats that were 100% silent. I like both, and appreciate them for their differences.

Each round lasts around 45 minutes or so, and afterward the door is opened, and the fire tender puts 5 more rocks in. In traditional sweats, the idea is to not get out between rounds. Many folks that are new to sweating may need a short breath of fresh air, and get out for a few minutes between rounds. I find a pitch fork and a long rake work good for getting the rocks out of the fire. I rack them out towards the edge, right up onto the pitchfork. That way all the coals get left behind. Coals make the sweat smokey, and hard to breath. Ashes are brushed off of the rocks with a pine branch. Once again all the rocks are sprinkled with cedar as they're put in the sweat.

An diesem Punkt unterscheiden sich die Arten etwas. Traditionelle Schwitzhüttenzeremonien werden gewöhnlich nicht unbekleidet durchgeführt, im Gegensatz zu den New-Age-Schwitzhütten (besonders die der Regenbogen-Tradition) die nackt gemacht werden. Ein Tuch oder kurze Hosen sind eher für eine traditionelle Schwitzhüttenzeremonie passend.

Wenn alle die Schwitzhütte betreten haben, bringen die Feuerleute sieben Steine in die Mitte der Hütte. Wenn jeder Stein hereingebracht ist, streuen die TeilnehmerInnen Zeder auf die Steine. Die Eimer werden hereingestellt und die Tür wird verschlossen.

In einer traditionellen Schwitzhüttenzeremonie gibt es noch geführte Gebete, Gesänge und Trommeln. Ich war auch in Schwitzhütten, in denen es 100%ig still war. Ich mag beide und schätze sie wegen ihrer Unterschiede.

Jede Runde dauert ungefähr 45 Minuten oder so, und danach wird der Eingang geöffnet und die Feuerleute bringen fünf weitere Steine herein. In traditionellen Schwitzhütten ist die Vorgabe, die Hütte zwischen den Runden nicht zu verlassen. Viele Leute, die neu an der Schwitzhütte teilnehmen, dürfen einmal kurz frische Luft amen und die Hütte für ein paar Minuten zwischen den Runden verlassen. Ich finde, dass eine Mistgabel und ein langer Rechen gut geeignet sind um die Steine aus dem Feuer zu holen. Ich reche sie heraus bis zur Kante, direkt auf die Mistgabel. So bleibt die Kohle zurück. Kohlen machen den Dampf rauchig und schwer atembar. Asche wird mit einem Kiefernzweig von den Steinen gebürstet. Wieder werden allen Steine mit Zeder bestreut, wenn sie in die Schwitzhütte gebracht wurden.

During each round the temperature is regulated by how much water is put on the rocks. It goes both ways though, cause the water also causes the rocks to loose their heat faster. So hot short rounds, or long cooler ones are the choice. Sometimes water is splashed on the participants during a really hot round, but this has a tendency to make things muddy and messy.

Während jeder Runde wird die Temperatur durch die Menge des auf die Steine gebrachten Wassers reguliert. Es geht auf beide Arten, obwohl das Wasser dazu führt, dass die Steine ihre Hitze schneller verlieren. Man kann wählen zwischen kürzeren heißen oder längeren kühleren Runden. Während heißer Runden gelegentlich Wasser auf die Teilnehmenden zu spritzen hat die Tendenz, alles etwas schmutzig und dreckig zu machen.

Other Sweat Lodges

Traveling around, I've seen other sweat lodges. Here's a few of the others I've visited (but usually haven't sweat in). A few of these are some pretty interesting non-traditional designs.

This one is at the Annual Rainbow Gathering, which was in Kentucky this year. Picture by Owl Talking.

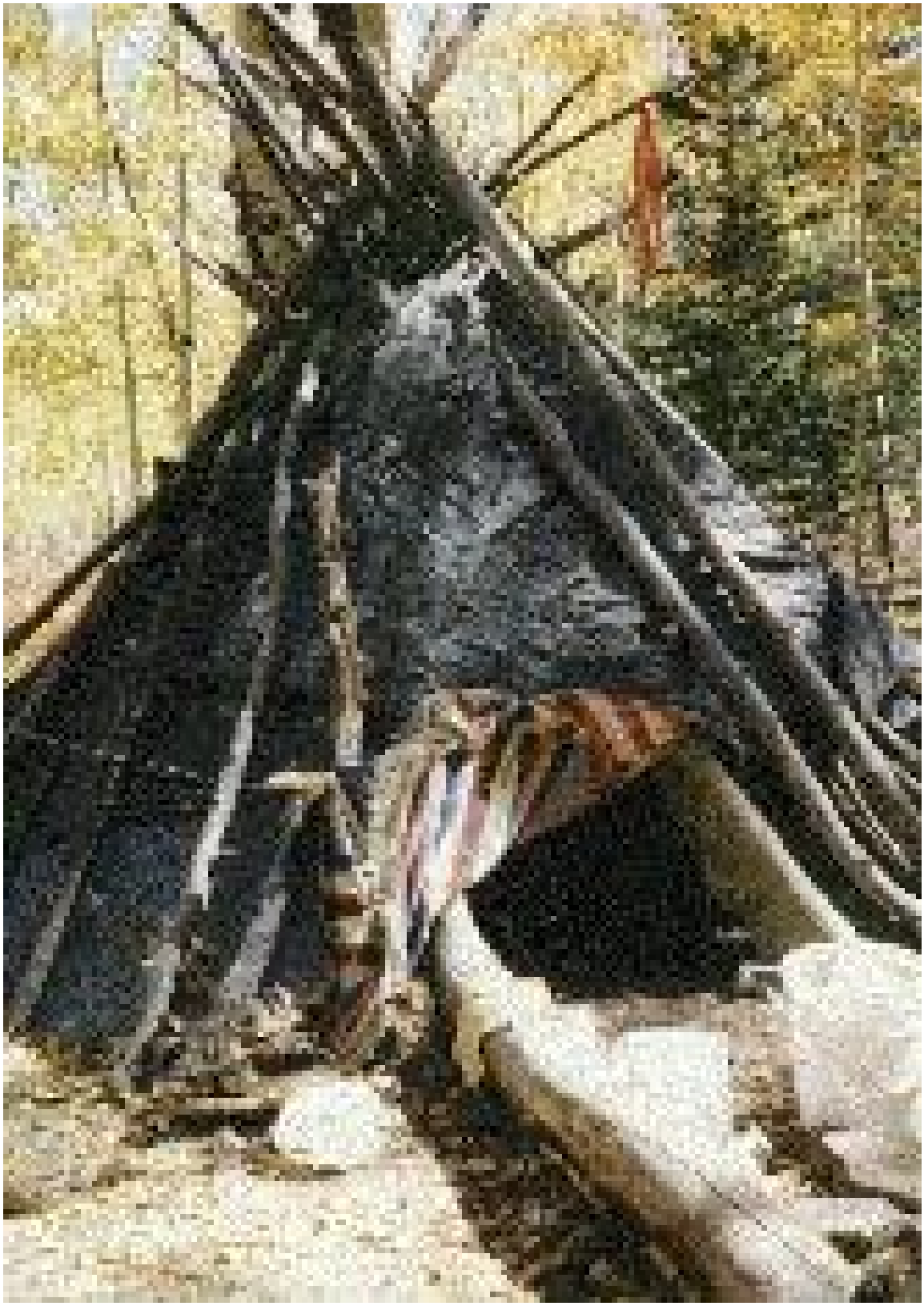
Andere Schwitzhütten

Herumreisend habe ich andere Schwitzhütten gesehen. Hier sind Einige der Anderen, die ich besucht habe (aber gewöhnlich habe ich nicht teilgenommen). Einige von diesen haben recht interessante nichttraditionelle Bauweisen.

Diese hier ist vom Jährlichen Regenbogen-Treffen, das in diesem Jahr in Kentucky stattfand. Bild durch Sprechende Eule.

This one was in the mountains of Colorado at Herring Park, in San Isabel National Forest.

Diese hier war in den Bergen von Colorado im Herring Park, im San Isabel National Forest.



This one was in the mountains of Colorado, in Pike National Forest at Wigwam. There was a large pit pit near by. and one night folks were sweating during a huge drum jam. The sweat was vibrating with the sound of all the drumming.

Diese war in den Bergen von Colorado, im Pike National Forest von Wigwam. Dort in der Nähe war eine große Feuerstelle und eines nachts schwitzten Leute während einer grossen Trommelsession. Die Schwitzhütte vibrierte im Klang all der Trommeln.

Another one was in the mountains of Colorado, in Pike National Forest at the base of the Buffalo Peaks.

Eine andere war in Bergen von Colorado, im Pike National Forest am Fuß der Buffalo Peaks.

Rob Savoye
http://www.welcomehome.org/rob.html

mailto: rob@welcomehome.org

Rob Savoye
http://www.welcomehome.org/rob.html

Emailadresse: rob@welcomehome.org