

Räuchern – Kraft der Stille

Das Verräuchern von duftenden Pflanzen und Harzen ist eines der ältesten Rituale der Menschheitsgeschichte. Dank Rückbesinnung vieler Menschen auf alte Traditionen und die Sehnsucht nach Kraft und Halt gebenden Ritualen, hat das wertvolle Wissen um das Räuchern wieder Einzug in die heutige Zeit gehalten.

Durch die an uns gestellten hohen Alltagsanforderungen und vielen äußeren Einflüsse, nehmen wir uns zu selten die Zeit innezuhalten, um die eigenen Bedürfnisse zu spüren. Wir achten oft zu wenig auf das, was wir benötigen um zu regenerieren, zu entspannen und den Raum der Stille in uns zu finden, der uns Wohlbefinden und Harmonie schenkt.

Um wieder mehr Zeit für sich selbst zu finden oder sich einfach eine Auszeit zu gönnen, ist das Räuchern durch die Wirkung der fein duftenden Pflanzen und Harze, sowie deren Botschaften und Informationen, bestens geeignet.

Der Duft des ausgewählten Räucherwerks sendet wohltuende Botschaften an die Seele. Doch neben dem Duft ist beim Räuchern auch die feinstoffliche Ebene ein wichtiger Aspekt. Beim Auflegen des Räucherwerks auf die Glut löst sich der Geist der Pflanze von der Materie, dem Pflanzenkörper, wodurch sich das ganze Wesen der Pflanze entfalten kann. Erst durch die Transformation über den Rauch wirkt diese Kraft auf allen Ebenen.

Doch neben der Auswahl des Räucherwerks ist die Durchführung mit einer ganz bewussten Absicht, die den Räuchervorgang führt und unterstützt, wichtig.

Es gibt zwei Varianten beim Räuchern. Die traditionelle Form, bei der Räucherkohle oder Holzkohle verwendet und mehr Zeit benötigt wird, da die Kohle gut durchgeglüht sein sollte. Schon die Vorbereitung ist ein fester Bestandteil des Rituals und lässt einen zur Ruhe kommen. Diese Form des Räucherns erfordert mehr Aufmerksamkeit, da durch die Glut das Räucherwerk sehr schnell in den Verbrennungsprozess übergeht. Durch die verstärkte Rauchentwicklung ist es besonders für Aura- und Hausräucherungen geeignet.

Die zweite Variante ist das Räuchern mit Stövchen, die sich besonders als kleines, kurzes Ritual für den Alltag eignet. Durch das Entzünden eines Teelichts und das Auflegen der

Räucherware kann der Tag begonnen oder beendet werden, oder man schafft sich eine kleine Auszeit. Egal für welche Variante man sich entscheidet, sollte ein passender Rahmen geschaffen werden. Dazu gehören Dinge, die einem wichtig sind und guttun. Das kann ein bestimmter Raum sein, ein bestimmter Duft, Musik oder Anzünden einer Kerze.

Entspannende und harmonisierende Räuchermischung

1 TL Johanniskraut

1 TL Rosenblüten

2 TL Lavendelblüten

1 TL Schafgarbe

1 TL Duftendes Mariengras

1 MSP. Styrax

Johanniskraut trägt die Kraft und das Licht der Sonne in sich. Seine Räucherung hebt die Stimmung, wirkt aufhellend und klärend. Rose bringt mit ihrem zarten Duft Unausgeglichenheit wieder in Balance. Sie harmonisiert Körper, Geist und Seele und wirkt tröstend und herzöffnend. Lavendel klärt den Geist, entspannt und schenkt Ruhe. Schafgarbe wirkt ausgleichend und hilft nach einem anstrengenden Tag wieder in die Mitte zu kommen. Duftendes Mariengras wirkt segnend, einhüllend und beruhigend auf allen Ebenen. Styrax verbreitet beim Verräuchern einen süßlichen Duft, der zart nach Vanille riecht. Sein Duft vermittelt Geborgenheit und friedvolle Stimmung. Er wirkt beruhigend und entspannend.

© 2017 Roswitha Ganseneder – Lotter | Badstraße 11 | 87459 Pfronten