

Räuchern für Haus und Hof

Das Räuchern hat eine lange Geschichte. Bereits unsere Vorfahren wussten die positiven Wirkungen des Räucherns zu schätzen.

Forschungen zeigen, dass bereits in der Zeit der Neandertaler Räucherrituale bekannt waren. Jede Kultur hatte ihre eigenen Zeremonien und Pflanzen. Das alte Pflanzenwissen wurde jedoch während der Hexenverfolgungen nahezu ausgemerzt. Dennoch suchten die Menschen bei Epidemien wie Pest oder Cholera Hilfe und Schutz im Duft von Räucherungen.

Wer hat die Erfahrung nicht schon gemacht? Man betritt ein Haus oder einen Raum und fühlt sich von Anfang an wohl und geborgen. Oder man erlebt genau das Gegenteil.

Die Wohnung ist zwar schön eingerichtet, der Standort in Ordnung und trotzdem fühlt man kein Wohlbefinden in den Räumen. Möglicherweise handelt es sich sogar um das eigene Wohnhaus. Man möchte sich zwar daheim fühlen, aber es mag nicht recht gelingen.

Dies kann daran liegen, dass Räume wie Schwämme sind. Sie nehmen alles auf – die guten aber auch die schwierigen Ereignisse und Emotionen. Die dabei entstehenden Energien wirken auf uns Menschen und nehmen Einfluss auf unser Wohlbefinden. Mit einer Hausräucherung können wir Haus und Hof energetisch reinigen und so wieder Klarheit und Harmonie schaffen.

Gerne erinnere ich mich an meine Kindheit, wie ich mit meiner «Basatta» (Urgrossmutter) stundenlang auf dem Maiensäss nach Heilkräutern suchte. Schon früh lernte ich die Wirkung von Thymian, Frauenmänteli, Schafgarbe und weiteren Kräutern kennen.



Mystisch, der Rauch über der Räucher- schale.

Auch bei meiner Berufswahl waren Pflanzen, Heilkräuter, Futterkräuter und «Unkräuter» immer meine Begleiter, wobei ich jetzt sogar die damals gelernten Unkräuter sammle und ihre Heilwirkung sehr schätze. Beispielsweise das «Hirtentäschli» ist eine wunderbare Heilpflanze, welche bei mir im Alltag durch Räuchern, Tees oder Bäder immer gerne eingesetzt wird.

Heute reinige ich auf Anfrage belastete Räume durch das Verräuchern heimischer Pflanzen und Harze. Diese sammle und verarbeite ich selber zu Räuchermischungen, welche ich über meinen Webshop verkaufe. Ich freue mich, euch hier mit einer kleinen Reihe von Artikeln das Räuchern näherzubringen:

Wann werde ich zu Hausräucherungen gerufen?

Hausräucherungen werden oft bei Übernahme eines Hauses oder einer Wohnung angewendet. Man möchte Platz und Raum für Neues schaffen und die alten Emotionen und Muster auflösen.

Die neue Generation im Haus wünscht sich oft Leichtigkeit, Lebensfreude und Wohlbeﬁnden in ihren eigenen vier Wänden. Auch räuchert man, wenn jemand im Haus verstorben ist. Schlafstörungen, allgemeines Unwohlsein, wiederholende Probleme in Haus, Hof und Familie, viele Streitigkeiten oder wiederkehrende Unfälle und Unglücke können Gründe sein, weshalb ein Hausbesitzer eine energetische Hausreinigung wünscht.

Ich empfehle euch, jährlich einen **energetischen Hausputz** zu machen.

Dazu benötigt man:

- eine feuerfeste Schale oder Räucherpfanne
- Sand
- Räucherkohle
- Räucherzange oder Löffel
- eine Hausreinigungsmischung
- Feder oder Fächer
- Zeit und Geduld

Reinigende Räuchermischung mit heimischen Kräutern (inspiriert durch Marlies Bader)

- 1 Teil Beifuss
- 1 Teil Fichtenharz (zerstossen)
- 1 Teil Lavendel
- 1 Teil Salbei
- 1 Teil Wacholder
- 1 Teil Thymian
- ½ Teil Engelwurz

Traditionellerweise räuchert man mit sieben bis neun Kräutern. Gewisse Räucherpflanzen findet man in Landfraus Garten oder in Wiesen und im Wald oder man kann sie beispielsweise in einer Drogerie beziehen. Auch kann man schon fertige Hausreinigungsmischungen kaufen.

Wie geht man bei einer Hausreinigung vor?

Der Sand wird in das feuerfeste Räuchergefäß gefüllt. Bevor man die Kohle in den Sand setzt, hält man sie senkrecht und zündet diese an. Die Kohle entzündet sich nun von alleine. Währenddessen stellt man das Gefäß am besten nach draussen. Nach circa vier bis fünf Minuten verfärbt sich die Kohletablette grau. Dies ist das sichtbare Zeichen dafür, dass sie jetzt glüht und man mit dem Räuchern starten kann.



Die eigenzusammengestellte Kräutermischung. (Fotos: S. Projer)

Kippe nun die glühende Kohle mit der Zange/dem Löffel um, sodass die Vertiefung nach oben zeigt und lege eine Messerspitze deines Räucherwerks darauf.

Das Räucherwerk schmilzt und verdampft, wobei es seinen Rauch und Duft im Raum verströmt. Sobald es nicht mehr raucht, schiebt man die verglühten Kräuter mit einer Zange oder einem Löffel in den Sand und legt neues Räucherwerk drauf.

Um das Haus oder die Wohnung optimal zu reinigen, beginnt man im Keller und arbeitet sich von Raum zu Raum nach oben. Man darf die Räume «zünftig» bedampfen (einräuchern). Danach lüftet man die Wohnung 15 bis 30 Minuten gründlich durch.

Achtung, die Kohle ist sehr heiss und hat lange, bis sie ausgekühlt ist! Die Kohle sollte kühl und trocken gelagert werden.

Schwangere, Kleinkinder, schwache und gebrechliche Menschen sowie Tiere sollten während des Räucherns mit Kohle nicht in der Wohnung sein.

Hat man die Liegenschaft einmal gründlich gereinigt, kann man dies immer wieder in verkürzter Form wiederholen – es ist dann nicht mehr nötig, die Räume so stark einzuräuchern. Beim ersten Mal macht man quasi den Frühlingsputz und danach nur noch eine gründliche Monatsreinigung oder «Durchlüftung» der Räume.

Für viele Menschen ist die Atmosphäre in den Räumen nach der Reinigung spürbar verändert.

Räuchern mit dem Stövchen

Das Verräuchern auf dem Stövchen ist die Urform der Aromatherapie. Das Stövchen ähnelt einer Duftlampe, ist jedoch statt eines Gefässes für die ätherischen Düfte mit einem Sieb ausgestattet.

So wie bei mir das Räuchern mit Kohle der Frühlingsputz ist, ist das Verräuchern der Kräuter auf dem Stövchen die Wellnessanwendung. Für die Anwendung mit dem Stövchen zündet man eine Rechaudkerze an und legt die Räuchermischungen, bestehend aus Kräutern und Harzen, auf das Sieb. Durch die Wärmeerzeugung der Kerze verströmen die Kräuter ihren Duft.

Jede Räuchermischung hat eine andere Wirkung auf verschiedene alltägliche Themen wie Freude, Ärger, fehlende Energie, Motivation oder Konzentration. Auch können wir mit den Räucherungen gezielt Stimmungen wie zum Beispiel Ruhe und Entspannung positiv beeinflussen.

Zudem duftet die Wohnung danach fein ohne den Einsatz synthetischer Duftkerzen.

Wie genau wirkt das Räuchern auf dem Stövchen auf uns?

Beim Verbrennen und Verglühen von Kräutern und Harzen werden Rauch, Duft- und Wirkstoffe sowie feinstoffliche Energien freigesetzt, welche Körper, Seele und Geist beeinflussen. Die freigesetzten Duftmoleküle gelangen durch die Nase ins Gehirn zum limbischen System. Dort löst der Duft der Kräuter verschiedene wohltuende Reaktionen aus.

Räuchermischungen können selbst hergestellt werden. Im Sommer und Herbst stelle ich euch jeweils in einem weiteren Artikel übers Räuchern verschiedene Räucherpflanzen und ihre Wirkung vor.

Wenn du mehr übers Räuchern, Räuchermischungen oder geplante Kurse erfahren möchtest, findest du auf meiner Website weitere Informationen.

Sarina Projer-Canetg
www.geerdet-verbunden-frei.ch