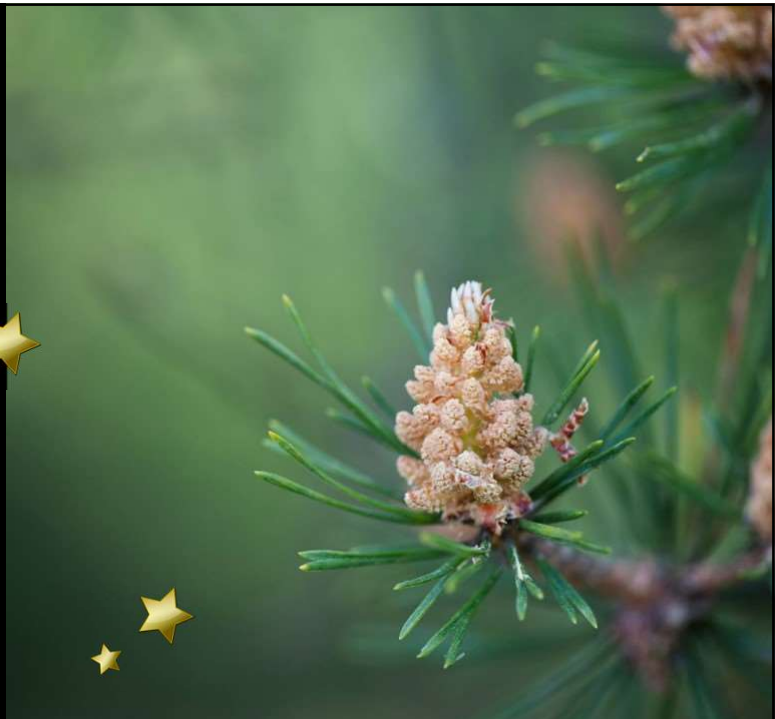


RÄUCHERN ZUR WINTER- UND WEIHNACHTSZEIT

Tanja Sixt – www.gaerten-in-muenchen.de



EINFÜHRUNG

Zu den Raunächten bat man einst den Pflanzegeist um Hilfe, damit er mit der Rauchwolke alles Unheil forttrage. Aber auch viele körperliche und seelische Beschwerden sollten sich in Rauch auflösen.

Für unsere Vorfahren war das Räuchern schon immer Heilmittel und Begleitung von Veränderungen.



Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

11.2.2021

2



RÄUCHERN MIT KRÄUTERN, GEWÜRZEN UND HARZEN

- Wann wird geräuchert
 - Wie wirkt Räucherwerk
 - Utensilien
 - Rezepturen
 - Anwendungen
-

11.2.2021

3

WANN WIRD GERÄUCHERT?

- Herbstbeginn (Mabon, 21. Sept.)
 - Allerheiligen (Samhain, 1. Nov.)
 - Adventstage
 - Raunächte (21./22. Dez. – Thomasnacht, Wintersonnwende; 24./25. Dez. – Christnacht; 31. Dez./1. Jan. – Altenjahrnacht; 5./6. Jan. – Perchtennacht, Dreikönigstag)
 - Maria Lichtmess (Imbolc, 2. Feb.)
-



WIE WIRKT RÄUCHERWERK?

- Beim Räuchern verglimmt getrocknetes Pflanzenmaterial, dabei lösen sich ätherische Öle.
 - Gerüche wecken Gefühle – Gerüche gelangen durch die Nase direkt ins limbische System.
 - Rauch symbolisiert den freigesetzten Geist der Pflanze, im Duft offenbart sich die Pflanzenseele.
 - Verräuchertes Harz desinfiziert Räume und Kräuter wirken reinigend.
-



WIE WIRKT RÄUCHERWERK?

- Alantwurzel – bringt Sonne ins Herz und erwärmt das Gemüt
 - Angelikawurzel – bringt Licht und Helligkeit in den Raum, stärkend, beschützend und behütend
 - Beifuß – reinigt und klärt die Intuition, stärkt die weiblichen Energien, unterstützt Loslass-Prozesse
 - Kiefernharz – hat eine reinigende Wirkung und vertreibt Melancholie und Trauer
 - Salbei – reinigende, klärende Kraft, löst Altes und Überflüssiges, schafft Platz für Neues
 - Thymian – mobilisiert den Überlebenswillen und Durchsetzungskraft
 - Wacholderbeeren – Wacholderspitzen – bringt Klarheit, vertreibt schwere + dichte Energien, stärkt die Aura, schützt, zentriert + stabilisiert
-



UTENSILIEN

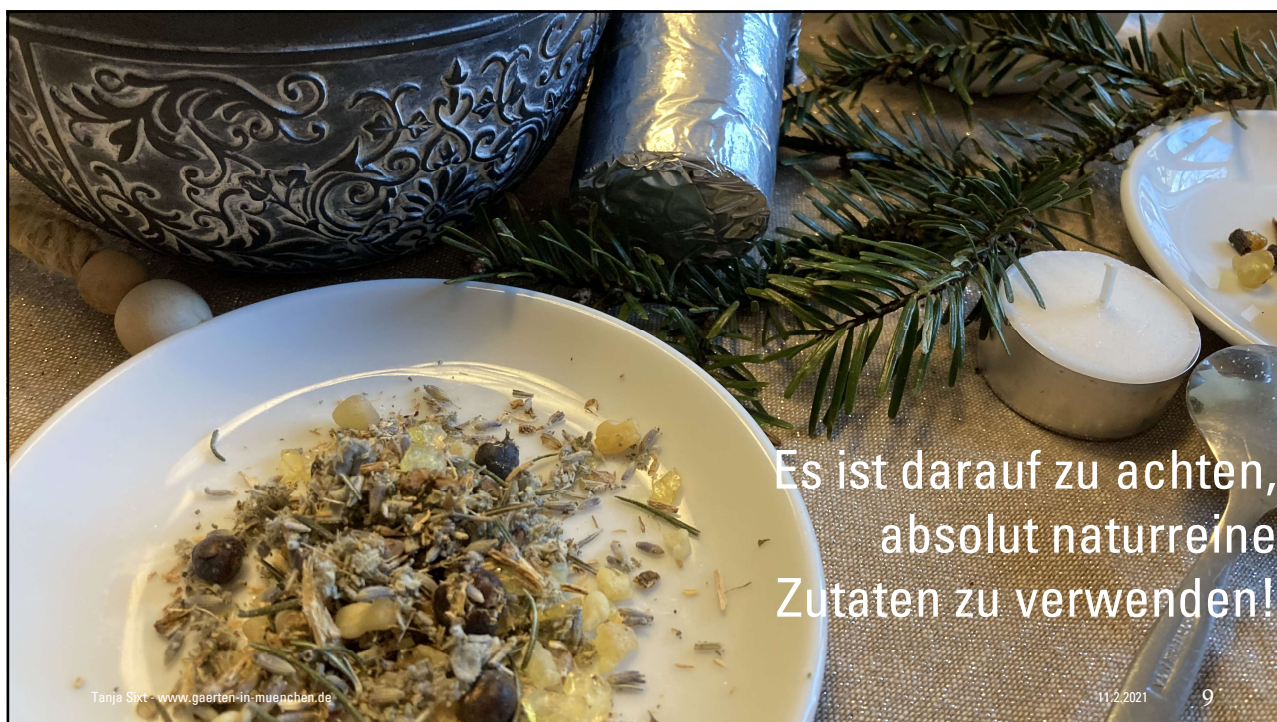
- Stövchen mit Drahtsieb
- Kohle
- Feuerfeste Schale mit Sand gut gefüllt / Räucherpfanne / Rauchfass
- Zange + Teelöffel
- Räucherwerk
- Mörser
- Feder



REZEPTUREN



Herbst- mischung	Advents- mischung	Weihnachts- mischung	Jahreswechsel- mischung	Hausräucher- mischung
Tonkabohne Fenchelsamen Muskatnuss Alant Kiefernharz Lindenblüten	Zimtrinde Tannennadeln Mistelblätter Weihrauch Kakaoschalen Orangenschale	Vanilleschote Sternanis Kardamomkapseln Fichtenharz Orangenschale Zimtrinde	Beifuß Wermut Mädesüß Bartflechte Kiefern- oder Fichtenharz	Wacholderbeeren Lavendel Salbei Kiefern- oder Fichtenharz Angelikawurzel Evtl. Kampfer



Es ist darauf zu achten,
absolut naturreine
Zutaten zu verwenden!

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

11.2.2021

9



Es gibt ganz spezielles
Räucherwerk, das...

beruhigt + entspannt
erdet + zentriert
anregt + vitalisiert
reinigt + klärt
die Kreativität + Phantasie fördert...

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

11.2.2021

10



ANWENDUNGEN

- Mit Kohle:
 - feuerfeste Schale gut gefüllt mit Sand bereithalten
 - mit der Zange Kohle über eine Kerzenflamme halten, bis sie zündet
 - Kohle auf Sandbett setzen und durchglimmen lassen
 - Räucherwerk mit dem Löffel mittig auf die Kohle setzen
 - mit der Hand oder Feder Luft zufächeln
 - verglimmtes Räucherwerk mit dem Löffel entfernen und neues Material auflegen
-

11.2.2021

11



ANWENDUNGEN

- Mit Kohle:
 - zur **Hausräucherung** beginnt man traditionell in der Küche / Feuerstelle
 - dann zur Haustüre
 - weiter im Uhrzeigersinn durch alle Räume
 - am Schluss rund um das Haus
 - anschließend die Räume gut lüften
-

11.2.2021

12



ANWENDUNGEN

- Mit Räucherstövchen mit Drahtsieb:
 - Räucherwerk auflegen
 - Bei zu viel Rauch Material zur Seite schieben
 - Zartes Material nur am Rand auslegen
 - Sieb ab und zu mit Drahtbürste reinigen
- Zum Beduften (feinstofflich), schnell und überall einsetzbar, ohne großen Aufwand in jeder Situation begleitend

11.2.2021 13



BUCEMPFEHLUNGEN

Es gibt sehr viel Literatur zu diesem Thema, leider auch vieles, was schon zu sonderbar oder abgehoben ist.

Dies sind Empfehlungen, die ich guten Gewissens weitergebe.

Tanja Sixt - www.gaerten-in-muenchen.de

11.2.2021 14



TOLLER BEITRAG BEI SERVUS

WWW.SERVUS.COM/A/PC/RAEUCHERN-MIT-KRAEUTERN-HARZEN-PODCAST