

### Benötigt wird:

- Räucherschale oder -kelch
- Sand & Kohle, evtl. Zange zum Halten der Kohle
- Mischung Hausräucherung
- Feder zum Fächeln und Verteilen des Rauches

Hausausräucherungen sollten IMMER auf Kohle gemacht werden. Der entstehende Rauch hat eine ganz wichtige Bedeutung. Rauch und Duft sorgen dafür, dass sich nieder schwingende Energien auflösen, transformieren, neutralisieren. Das, was wir als störend und belastend wahrnehmen, sind Energien, die eine sehr niedere Schwingung haben. Mit Hilfe der Duftmoleküle und des Rauches werden die niedrigen Schwingungen angehoben – vereinfacht ausgedrückt, aber gut vorstellbar.

Wir kennen alle den Spruch: „Da muss mal der Rauch rein gelassen werden!“ Nur wissen wir gar nicht mehr, was wir damit meinen, nämlich: Da muss mal was geklärt werden! Dort braucht es eine reinigende Maßnahme! Und interessanterweise ist damit tatsächlich der Rauch gemeint!



### So geht's:

Das Räuchergefäß ca. 3/4 mit Sand füllen, die Kohle über einer Kerze anzünden. Dafür die Kohle mit der Zange so halten, dass die Kohle mit der Kante an der Flamme angezündet werden kann. Ein Glutfunke beginnt durch die Kohle zu laufen. Halten Sie die Kohle noch ein paar Minuten mit der Zange und pusten Sie sie an. Erst dann auf das Sandbett legen. Haben Sie noch etwas Geduld, bis die Kohle wirklich ganz durchgeglüht ist, d.h. sie muss außen vollständig von Asche überzogen sein. Beginnen Sie die Räucherung in der Küche, Sie können dort alles vorbereiten. Die Küche ist ein ganz zentraler Ort, da dort der Herd ist, früher war es die Feuerstelle, die einen heiligen Charakter hatte.

### Ablauf:

Von der Küche gehen Sie zum Haus- oder Wohnungseingang. Im Uhrzeigersinn beginnen und alle Zimmer austrüchern. Den Rauch immer von unten nach oben in die Ecken, Kanten, Vorsprünge, etc. fächeln. Das Fächeln geht am besten mit einer Feder, sie verkörpert außerdem das Element Luft und Leichtigkeit. Wenn Sie keine Feder zur Hand haben, nehmen Sie eine schöne Postkarte oder eben nur die Hand. Bei einem ganzen Haus zuerst in den Keller gehen, auch hier im Uhrzeigersinn alle Räume räuchern, dann in den nächsten Stock. So räuchern Sie durch alle Stockwerke bis ins Dachgeschoss. Beenden Sie die Räucherung wieder in der Küche. Den Abschluss bildet ein

Räuchergang um das Haus, sofern das möglich ist. Sie können die Räucherschale auch am Hauseingang, auf Balkon, Terrasse oder Garten austrüchern lassen. Das ist für die „kleinen Leute“, die Naturwesen!

### Während der Hausräucherung:

Es sollte immer rauchen! Legen Sie ca. 1/2 TL der Mischung auf die glimmende Kohle. Sobald dies einen „verbrannten“ Eindruck macht bzw. nicht mehr raucht, mit der Zange die Reste runterschieben und sofort neu nachlegen. Das geht am besten, wenn man das Tütchen mit der Mischung bei sich hat, z.B. in der Jacken-tasche, und Sie Kelch, Feder und Zange in der Hand halten.

### Lüften:

Entweder bereits während des Räucherns die Fenster aufmachen oder den Rauch einige Zeit in den Räumen wirken lassen, danach kräftig lüften. Spüren Sie in sich rein, nehmen Sie Kontakt zu dem Raum auf: Was braucht er?

### Einige Tage später gibt es folgende Möglichkeiten:

Wenn Sie den Eindruck haben, es hat noch nicht gereicht, es bedarf noch mehr von einer klärenden, reinigenden Räucherung, dann:

- nochmals mit der gleichen Mischung Hausräucherung durch die Räume gehen
- nur mit Weihrauch räuchern
- nur einige Salbeiblätter auf ein Stövchen legen

Wenn Sie den Eindruck haben, es fühlt sich alles gut an, die Atmosphäre ist angenehm in den Räumen, dann

- mit Süßgras auf einem Stövchen räuchern. Süßgras zieht die positiven Energien an. Sie können ca. 2 cm von einem Süßgraszopf auflegen und durch alle Räume gehen. Bitten Sie innerlich um die Energie, die Sie in diesen Räumen haben möchten. Beispiel: in der Küche genährt sein, Fürsorge. Im Arbeitszimmer Kreativität, Erfolg, Konzentration. Im Ess-/Wohnzimmer Harmonie, gute Kommunikation, Geselligkeit.
- alternativ zu Süßgras können Sie auch andere Mischungen einige Tage nach der Hausräucherung räuchern, um die Energien, die Sie in den jeweiligen Räumen haben wollen, zu manifestieren, eignen sich die Räuchermischungen Elfenzauber (bringt Licht und Sonne in den Raum), Glückliches Miteinander im Ess-/Wohnbereich, Kreative Schaffenskraft im Arbeitszimmer, Schlaf gut im Schlafzimmer.

Wichtig ist Ihre innere Haltung/Ausrichtung, mit der Sie durch das Haus gehen. Konzentrieren Sie sich auf das, was Sie tun, lassen Sie sich nicht stören. Seien Sie sich bewusst, dass Sie jetzt für eine neue, reine, frische, klare Atmosphäre sorgen und bitten Sie innerlich darum, dass alles, was jetzt hier störend, belastend oder drückend wirkt, ins Licht gehen oder transformiert werden möge. Das ist ganz wichtig!

### Ansonsten:

Sie können nichts falsch machen. Sie können die Räucherung so oft wiederholen, bis Sie den Eindruck haben, jetzt fühlt es sich gut an. Es gibt keine Regel, wie oft eine Hausräucherung stattfinden sollte. Spüren Sie in die Räume rein, nehmen Sie die Atmosphäre wahr, Ihre innere Stimme sagt Ihnen, was dran ist in den Räumen. Berufstätigen empfehle ich sehr, doch mal Ihr Büro oder die Besprechungszimmer auszuräuchern! Das ist enorm wirkungsvoll!

Viel Erfolg und Freude wünsche ich Ihnen, Christine Fuchs