



Zimmer-Reinigung und
Stimmungsveränderung mit
Räuchern

01.12.2021 20.00 Uhr

Über uns:



Andrea Sam

Kommunikationsberaterin, Rhetoriktrainerin,
Heilpraktikerin, Krankenschwester

Heike Engel

Heilpraktikerin, Qigonglehrerin, Fachberaterin für
die Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen

Willkommen!

Wir begrüßen Euch recht herzlich zu unserer heutigen Einheit
Zimmer und Haus reinigen und Stimmung verändern mit Räuchern

Wir gehen sehr intuitiv an das Räuchern heran und uns geht es sehr darum die eigene Intuition zu schulen und auch Sicherheit zu erlangen, sich selbst zu vertrauen.

Wir haben genügend äußere Autoritäten und es ist wichtig, die innere Autorität wieder zu stärken.

Ritual eröffnen

Kerze anzünden mit der Intention „ich will mit der Reinigung beginnen“

Die Kerze brennt so lange, so lange ich herumgehe. Es muss sicher sein, dass nichts mit der Kerze passiert. Sicheren Ort dafür finden. Gelehrt wird, dass die Kerze in der Küche brennt, da dort der Herd und das Feuer zu Hause ist. Du kannst die Kerze an einen sicheren Ort stellen, der sich richtig für Dich anfühlt. Der Eine hat einen kleinen Altar, der Andere mag es gern auf dem Esstisch oder es lacht einen eine besondere Stelle an. Vertraut Euch!

Helfer herbeirufen/ bitten, die einem vertraut sind. Die einen rufen um die Qualitäten der Himmelsrichtungen an, andere rufen Engel oder Naturwesen oder andere Wesen. Wenn einem das nicht vertraut ist, reicht die Absicht zu sagen, „ich will den Raum reinigen“.

Raumwahrnehmung

Übung:

Wir nehmen unseren „Raum“ war.

Den eigenen Körper – wie fühle ich mich, wie ist es in mir?

Wie ist es um mich herum, wo ich sitze oder stehe?

Wie ist mein Platz?

Ist es eng oder weit um mich herum, lastet etwas auf mir?

Raumwahrnehmung

Raum wahrnehmen und Erfahren (was weiß ich über den Raum):

Geh durch den Raum und spüre überall nach, wie es sich anfühlt.

Wie ist die Luft? Ist es leicht, schwer, traurig, glücklich, stickig, aggressiv?

Unterschiedliche Qualitäten des Raumes entdecken.

Geschichte des Raumes – was hat in dem Raum schon stattgefunden?

- Was war vorher an diesem Platz? Acker, Wiese, Kriegsgebiet,
- Geschichte zur Entstehung des Hauses/ Raumes?
- Seit wann gibt es den Raum?
- Vorgänger?
- Aktuelle Raumnutzung?
- Was hat mit mir in dem Raum schon stattgefunden ?

Energie-Arten

Welche Energie-Arten gibt es:

Spüre selbst wie die Einzelnen Energie-Arten in den einzelnen Bereichen ist. Wir geben Dir hier Hinweise, was damit gemeint ist. Kann aber für Dich ganz anders sein, was zb bei Dir auf dem Sofa stattfindet.

- *Schlafen-Energie* – reine Schlafenergie ist „ich entspanne mich, ich entgleite, ich wache wieder auf“
- *Sofa-Energie* – „ich lümmle vor mich hin, schaue mir was an, Gespräche, Freunde, Weintrinken
- *Küchen-Energie* – viel Bewegung, zerhacken, schneiden, mixen, reinigen, zerkleinern, transformieren, gestalten, kreativ
- *Bad-Energie* – körperbezogene Energie, „ich reinige den Körper“ – ist eher nicht bewusst, sondern viele automatisierte Abläufe
- *Klo-Energie* – ich lasse los, ich habe meine Ruhe, Rückzugsort, Bauchenergie, Frage: „was macht der Kopf auf dem Klo“ Handy, Witzkalender, Zeitschrift
- *Keller-Energie* – Lager, Nahrungsmittel, Werkstatt, Höhlenenergie, Maschinen, rattern, Heizung, etwas unheimlich, dunkel, Spinnen, erdig, Kellerwesen
- *Dachboden-Energie* – kommt darauf an ob voll oder leer, wie oft man hinget, oft Vergessenes aber doch Wichtiges aus dem Leben, Vergangenheit, (Handhabung in jedem Haus verschieden)

Erlebnis-Arten

Welche Erlebnis-Arten gibt es:

Was hat der Raum erlebt?

Sich bewusst machen, welche Schicht man reinigen/ bearbeiten möchte

Kürzere Vergangenheit, wenn mir der Raum schon länger gehört, weiß ich was in dem Raum gewesen ist und kann gezielt darauf eingehen. Wenn ich es nicht weiß, dann muss ich mich auf meine Sinne verlassen was ich denke und fühle und welche Bilder mit in den Kopf kommen.

Längere Vergangenheit, manchmal weiß man etwas vom Vorgänger z.B. verstorbene Frau oder Streit oder Ehescheidung oder viele Kinder. Und auch was auf dem Platz vorher war.

Ablauf der Stimmungsveränderung

Es gibt verschieden Möglichkeiten:

- Durchzug zu machen (bewusst aufmachen, dass es richtig durchzieht – am besten, wenn das Wetter unruhig ist, dass es richtig aufgewirbelt wird). Bewusste Möglichkeit mit Einsatz des Windes zu reinigen
- Wirkung von Musik. Z.B. Trommelmusik auflegen. Etwas aufpeitschendes, dynamisches um Energie aufzuwühlen
- Klatschend durch den Raum gehen – speziell in den Ecken klatschen oder an die Stelle gehen, wo man das Gefühl hat, dass es klebt bzw. fest ist.
- Einsammeln – geht am leichtesten über eine Rassel. Sie kann gut aufnehmen. Kräuterstab geht auch, ist jedoch meist schnell überfordert. Mit der Rassel kreisförmige Bewegungen machen und sich dabei vorstellen wie alles aufgesaugt wird. Wenn man es richtig macht, merkt man wie die Rassel schwer wird. Fenster aufmachen und „Rausrasseln“, dann weiter aufsammeln.
- Glöckchen/ Zimbeln – sanftes oder starkes Aufwecken der Energien je nach Intensität des Anschlagens
- Stampfend durch den Raum gehen

Räucherarten:

- Blatt mit Kerze verräuchern. Hat eine leichte lokale Wirkung
- Vulkanstößchen - Setzt zarte Impulse
- Kräuterbuschen/ -stab – ist flexibel und man kann gut die Ecken räuchern
- Kohle – es wird viel Rauch erzeugt wird. Am intensivsten. Am besten mehrere Kohlen anzünden

Räuchern zur Zimmer-Reinigung / Hausreinigung

Man unterscheidet zwei Arten von Räuchern:

1. Reinigend
2. Segnen

Man fängt meist mit dem Reinigen an. Manchmal benötigt ein Raum eine Beruhigung, da was Aufwühlendes geschehen ist, kann es auch Sinn machen, mit einer Segnung zu beginnen.

Räuchern zur Zimmer-Reinigung / Hausreinigung

Welche Stoffe nimmt man zum Räuchern:

1. Reinigend:
Salbei, Beifuß, Wacholder,... – sind Beispiele
2. Segnend:
Rosenblätter, Lavendel,... – sind Beispiele

(Übersetzungsfehler: Salbei aus Amerika ist eigentlich Beifuß, und so sind wir verrückt auf den **weissen Salbei** aus Amerika, ist aber nicht nötig)

Wir kommen aber an unsere Glaubenssätze: „es richtig machen wollen“
Der eigenen Intuition vertrauen

Räuchern zur Zimmer-Reinigung / Hausreinigung

Weiter Pflanzen und ihre Qualitäten:

- Wacholder – kräftigend, desinfizierend
- Weihrauch – reinigend und segnend
- Rose – Herzenswärme, einhüllend, liebevoll
- Lavendel – desinfizierend, antibakteriell, wärmend, einhüllend, segnend
- Kampfer – aktivierend, belebend, Dominanz setzen
- Beifuß – reinigend, verdaut, bringt ins fließen
- Salbei – reinigend
- Lorbeer – bereichernd, würzig, aufpeppend, transformiert Langweiliges
- Wilde Karde – angstlösend, abwehrend
- Rotklee – blumig, lösend, Wiesenenergie
- Pfeffer – aktiviert (nur kleine Menge/ Prise verwenden)
- Muskat – fördert Neues
- Gartenpflanzen und Samen – haben alle ihre eigene Qualität und Schwingung

Pflanzenstoffe:

Uns ist wichtig, dass ihr aus Eurer Umgebung heraus sammelt.

Geht mit offenen Augen durch Eure Küche, Euer Haus, Euren Garten, die Euch umgebende Natur. Was spricht Euch an? Diese Pflanzen leben im gleichen Feld wie ihr. Da kann kein amerikanischer Salbei mithalten oder ein Weihrauch aus der Kirche.

Wenn schon viele Räucherstoffe vorhanden sind, nicht nach den Lehrbüchern verwenden, sondern geht nach Eurem Gefühl

Bewusstsein beim Reinigen und Hilfsmittel

Bewusstsein beim Reinigen und beim Segnen

Es muss klar sein:

- Es geht um Absicht
- Es geht um Gedankenkraft

Äussere Hilfsmittel helfen uns die Gedankenkraft zu verstärken.

Der Rauch hilft uns bei der Reinigung. Grundsätzlich wäre die Reinigung auch ohne Rauch möglich. Es ist sehr schwer, wenn man keinen Räucherstoff hat um die Absicht zu bestärken – Gedanken müssen permanent dabei sein. Lieber kürzer und konzentriert als ein langes Ritual, wo man abschweift.

„Rauch soll das Schwere auflösen“

„im Rauch werden die schweren Stimmungen aufgelöst“

„jetzt auch hier löst der Rauch das Dunkle auf“

„ich möchte, dass das Feste, Klebrige transformiert wird“

„du Gefühl, brauchst hier nicht mehr sein, du gehst jetzt raus“

Segnende Sätze:

Es gibt bestimmte „Mantren“ welche und bei der Reinigung unterstützen:

„Heilung in allen Ecken“

„Licht und Liebe in allen Ecken“

„hier kommt Leichtigkeit“

„Fröhlichkeit“

„Bewegung“

„hier kommt tiefe Entspannung“ im Schlafzimmer, wenn man nicht schlafen kann

„ich bitte um Segnung“

„ich segne“

Das sind nur Vorschläge, es ist wichtig auf das eigene Gefühl zu achten.

Man muss nicht zwingend mit dem segnen aufhören. Meistens macht man es jedoch. Man kann auch nur Reinigen oder etwas Transformieren.

Was ist möglich zu erreichen/ wann reinigt man:

Welche Stimmung ist im Raum - was ist in dem Raum und wie soll es sein?

Zum Beispiel:

Es ist ein Arbeitsraum und es gibt Konflikte mit Kollegen und/ oder Besucher
Man kann zuerst mit Feder oder Besen durch die Luft fahren und den Streit aus dem Fenster kehren.

Rauch in der Mitte laufen lassen und immer zum Fenster oder zur Türe hinauskehren.

Anschließend „Vogelgesang“ in den Raum holen

Oder das Wackeln des Gebüschs „schwingt in das Zimmer hinein“

Man muss sich immer klar sein, was soll weggehen und was soll stattdessen kommen!

Vier Himmelsrichtungen in den Raum bringen:

Möglichkeit der Anrufung, welche Qualität in den Raum kommen soll

Es kommt darauf an, was man mit den Himmelsrichtungen verbindet, denn es gibt unterschiedliche Auffassungen. Kommt auch darauf an, in welchem Land Du bist, welche Qualität die Himmelsrichtungen haben.

Vorschlag:

Im Osten geht die Sonne auf – Neubeginn, Anfang, Start, hat oft was mit Spiritualität zu tun

Im Süden nimmt sie ihren Lauf – Wärme, Tag, Sonne, Feurige, Kindliche, Lebendige,

Im Westen geht sie unter – Lebensabend, reife Erwachsensein, Schwere, vom Leben gebeugte, gezeichnete (wenn Jemand zu leichtsinnig/spielerisch ist, würde man Westkraft zukommen lassen)

Im Norden ist sie nie zu sehen – Tod, Ahnen, zwischen den Welten, Kälte,

Beispiele für Räucheranwendungen:

Nach schwerer oder langer Krankheit:

Die schweren Energien müssen raus, was Frisches muss rein um einen Neubeginn zu starten. Dass klar ist, jetzt ist nicht mehr Liegen angesagt, sondern jetzt kommt wieder Leben.

Vor dem Einzug:

Ganz wichtig zu Räuchern um die Vorgänger zu bitten ganz zu gehen, dass alles rausgeht, dass sich ihre Geschichten transformieren. Es sei denn, dass es ein ganz glückliches Paar war mit Kindern und man selbst auch Kinder will. Wenn Vorgänger genau das gemacht hat, was Du auch möchtest, dann nur segnen. Aber meistens muss man bitten, dass es geht. Vor allem nach Trennung. Immer gut zu wissen, was war mit den Vorgängern. Sonst kann es in den besten Beziehungen passieren, dass man beginnt zu streiten, da Streitenergie im Raum ist.

Beispiele für Räucheranwendungen:

Wenn man auszieht:

Ganz wichtig Schlussräucherung machen. Dazu gibt es zwei mögliche Zeitpunkte:

1. Zum Einen, wenn der Beschluss da ist, ich gehe, aber es ist noch nichts verändert, dann räuchert man und überlegt, welche Gegenstände ganz sicher mitkommen. „ich nehme die Liebe, Lebendigkeit, das Aufwachsen der Kinder mit und räucher es an den Tisch hin“. Wenn man merkt es kommen viele schlechte Erinnerungen, dann räuchert man das zum Fenster hinaus, mit der Bitte um Transformation „braucht niemand mehr“
2. Schlussräucherung wenn das Haus leer ist. „ich ziehe mich hier zurück“ „ich nehme mit“ vielleicht will man auch was dalassen und man schickt es dann zum Fenster hinaus zum transformieren. Man kann auch bewusst was für den Nachfolger dalassen kann „das ist eine schöne Wohnung“ „hier hat man eine tolle Aussicht“ „gute Anbindungen, nette Nachbarn“

Schlusswort

Ihr habt nun ein wundervolles Werkzeug an der Hand.

Wir wünschen Euch viel Freude beim Entdecken Eurer eigenen Fähigkeiten und der Schulung Eurer Intuition

Herzliche Grüße

Heike Engel und Andrea Sam

Es wird zu dem Thema auch weitere Angebote geben:

Informiert Euch dazu unter
www.strahlemensch.de und
www.andreasam.com