

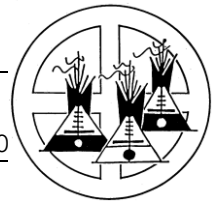
Räucher – Zeremonie

Das **Süssgras (Mariengras), *Hierochloe odorata***, ist die klassische Räucherpflanze vor allem der Prärie- und Plainskulturen. Meist als Zopf geflochten wird das getrocknete Gras zum glimmen gebracht und verbreitet dann einen süsslichen Duft, welcher aber auch negative Wesen und Energien anzieht kann. Aus diesem Grund wird oft gleichzeitig **Salbei, (White Sage), *Salvia apiana***, mit seiner sehr stark reinigenden Energie eingesetzt. In vielen Kulturen kommt deshalb eine balancierte **Elemente-Räuchermischung** bestehend aus **Salbei, White Sage, *Salvia apiana* (Westen), Süssgras, Mariengras, *Hierochloe odorata* (Süden), Lavendel, Elfenblatt, *Lavandula officinalis* (Norden), Zeder, Riesenlebensbaum, *Cedrus juniperus* (Osten) und Kopal, Indianerweihrauch, *Protium copal* (Zentrum)** zum Einsatz. Die Mischung wird in einer feuerfesten Muschel oder Schale zum Glimmen gebracht. Sie kann auch zu Pulver gemörsert auf Räucherkohle abgebrannt werden. Das Räuchern ist die zentrale Basis- und Alltagszeremonie, die am Anfang aller anderen Zeremonien steht! Menschen, Tiere, Räume, Plätze, und alle eingesetzten Zeremonial-Gegenstände werden durch Fächeln mit dem Rauch „geduscht“ und damit energetisch gereinigt. Der verwendete **Kopal(-Harz)** entspricht dabei dem in vielen Religionen angewendeten Weihrauch. Die Tradition des Räucherns findet sich quer durch alle Kulturen dieser Welt und so auch in der Schweiz. Die Räucherzeremonie funktioniert nicht über den Verstand! Es handelt sich um ein aktiv eingreifendes, energetisches Werkzeug das stark reinigt, aktiviert, stimuliert, balanciert und beruhigt. Gerüche können starke Emotionen und weit zurückliegende Erlebnisse mit einem Schlag auf unerklärliche Art heraufbeschwören. Der Geruchssinn, einer der zwölf Sinne von uns Menschen, gehört zu den mittleren Sinnen, und hilft uns, die uns umgebende Welt „wahr-zu-nehmen“!

Vorgehen:

Gib die Räuchermischung in ein feuerfestes Gefäss (Metall, Keramik, Muschelschale o.ä.). Bring die Kräuter durch anzünden (glühende Holzkohle aus dem Feuer oder Feuerzeug) zum glimmen. Mit Deiner Hand, einer Feder oder einem Fächer (Raubvogelfedern oder –Flügel) hüllst du nun nach und nach Deinen ganzen Körper, den Raum, Pflanzen, Tiere und Gegenstände mit dem Rauch ein. Stelle Dir dabei deinen Körper als Ei-Kokon vor der aus mehreren Energieschichten besteht, die weit über deinen feststofflichen Körper hinaus gehen.

Beginne unten an der linken Körperseite, fächere dann nach oben und über Deinen Kopf und die rechte Seite wieder hinunter bis zu den Zehenspitzen.> Anschliessend an der Vorderseite des Körpers ab den Füßen entlang der Chakren-Linie nach oben fächern.



Erfühle dabei die Stellen deines Körpers, an denen du Energie festhältst (Blockaden) oder Stellen an denen Du Energie verlierst (Mangel). Fächere den Rauch an diesen Stellen besonders intensiv und ausgiebig. Atme tief ein und entspanne Dich!

Geniesse die feinen Gerüche. Nimm sie ganz in Dich auf. Nutze den Augenblick dieser Alltagszeremonie um ganz im Hier und Jetzt zu sein. Vergiss für einen Moment Deine Bindung an Raum und Zeit. Versuche ohne Verstandeserklärung zu erspüren, wie und wo sich die Energie verändert hat.

Bedanke Dich zum Schluss bei der Pflanzenwelt für das Geschenk des Rauchs (Give-Away).

Hinweis:

Vorsicht, glimmende Räuchermischung nicht unbeaufsichtigt lassen!
Heisse Gefässe nicht auf brennbaren Untergrund stellen!

Zusammensetzung & Gaben der 5 Elemente-Räuchermischung

