

# RÄUCHERANLEITUNG

## RÄUCHERHARZE



R A U C H F E I N

Wenn du mit Räucherharzen räucherst, nimmst du dir einen Moment für dich, lässt den Alltag zurücktreten und lässt zu, dass ein warmer Harzduft deinen Raum klärt und sanft neu ausrichtet.

Auf der Rückseite findest du eine einfache Schritt-für-Schritt-Anleitung, mit der du achtsam ausräuchern kannst. Nimm dir ein paar ruhige Minuten, atme durch und lass dich sanft durch das Ritual führen.

# RÄUCHERANLEITUNG

## RÄUCHERHARZE

Wenn du mit Räucherharzen arbeiten möchtest, beginne dein Ritual mit ein paar tiefen Atemzügen. Schließe die Augen und spüre, was du mit dem Harz begleiten willst: Reinigung, Schutz, Entspannung oder ein stiller Moment für dich. Formuliere innerlich einen einfachen Satz, zum Beispiel: „Ich räuchere dieses Harz, um Klarheit, Schutz und Bewusstsein in diesen Moment einzuladen.“

Dann bereitest du dein Räuchergefäß vor. Wähle eine feuerfeste Schale, fülle etwas Sand hinein und zünde eine Räucherkohle an. Lege sie auf den Sand und warte, bis sie gut durchgeglüht ist und sich eine feine Ascheschicht gebildet hat. Erst dann gibst du eine kleine Menge Harz darauf, etwa in Erbsengröße. Das Harz beginnt zu schmelzen und seinen Duft freizusetzen.

Bleib einen Moment bei dem Rauch. Atme ruhig, beobachte, wie sich der Duft im Raum ausbreitet, und spüre, wie sich die Stimmung verändert. Du kannst das Gefäß stehen lassen oder es vorsichtig durch den Raum tragen und den Rauch dorthin lenken, wo du ihn brauchst: zu deinem Lieblingsplatz, an Türen und Fenster, zu deinem Altar, an deinen Schreibtisch oder dorthin, wo sich Energie schnell staut.

Wenn der Duft intensiver wird, nimm das Harz bei Bedarf mit einer Zange wieder von der Kohle oder lege einfach eine kleinere Menge nach. Du kannst auch verschiedene Harze nacheinander ausprobieren und so spüren, welches dich gerade am besten unterstützt. Zum Abschluss bedankst du dich innerlich für diesen Moment, löschst die Kohle sicher in Sand oder lässt sie vollständig ausglühen und lüftest kurz, wenn es sich stimmig anfühlt.

### Kurze Aufzählung der wichtigsten Schritte:

- Intention klären und einen ruhigen Moment wählen
- Feuerfeste Schale mit Sand und Räucherkohle vorbereiten
- Kohle anzünden, durchglühen lassen, kleine Menge Harz auflegen
- Duft und Rauch bewusst wahrnehmen und im Raum wirken lassen
- Kohle sicher ausglühen lassen, bei Bedarf lüften und Wirkung nachspüren



RAUCHFEIN