



Kleines Räucherkräuterlexikon

- *Weihrauch* klärt den Geist und hilft in transformatorischen Zeiten, stellt das seelische Gleichgewicht wieder her, Trostspender, Energiebringer, löst starre Denkmuster auf, befreit von Zukunftsängsten und Sorgen.
- *Wacholder* hilft uns Chancen wahrzunehmen und zu erkennen, erweckt die Intuition. Hält negative Einflüsse ab und schützt vor negativer Beeinträchtigung von außen.
- *Lavendel* reinigt und desinfiziert die Luft und beruhigt. Entspannt und hilft beim Loslassen von belastenden Gefühlen.
- *Baldrianwurzel* schafft Harmonie und beruhigt.
- *Salbei* ist stark reinigend und aufbauend. Entfernt schlechte Energien und steht für Neubeginn.
- *Mädesüß* wirkt tröstend und heilend.
- *Ysop* wirkt aufbauend, segnend und positive Energie vermehrend.
- *Palo Santo* öffnet das Herz und sorgt für innere Balance.

- *Beifuß* hilft alles loszulassen und Entscheidungen zu treffen, sehr hilfreich bei Übergangsritualen.
- *Johanniskraut und Königskerze*, wirken stimmungsaufhellend. Löst negative Spannungen auf. Sie werden Sonnwendkräuter genannt da sie auch gerne zur Sonnenwende verräuchert werden.

W E I H R A U C H



- *Kiefernharz* nannte man früher Waldweihrauch. Mittlerweile ist er schwer zu bekommen. Transformiert das Negative und stärkt die Lebensfreude und das Selbstvertrauen.
- *Tannenharz* gibt Kraft, Mut und Ausdauer.
- *Ringelblume* schenkt uns Licht und unterstützt uns positiv zu bleiben.
- *Myrrhe* ist das Gummiharz des Myrrhe-Strauchs, der in Südarabien und Äthiopien beheimatet ist. Sie ist unterstützend hilfreich, um Altes loszulassen. Sie unterstützt seelische Wunden zu heilen und zu Verzeihen. Sie erdet und schenkt wärmende und tröstende Energie.



- *Rosenblüte* stärkt das Herzzentrum und bringt eine liebevolle, sinnliche Atmosphäre in den Raum. Sie fördert harmonische Beziehungen und stärkt die Liebe zu dir und zu anderen.
- *Alantwurzel* bringt Sonne ins Herz.
- *Thymian* holt verdrängte Emotionen an die Oberfläche, Herzöffner, stärkt die Energie, wirkt aufbauend bei trüben Gedanken und Antriebslosigkeit. Reinigt und desinfiziert die Räume.
- *Fichte* löst emotionale Blockaden, ist stärkend und reinigend bei Erschöpfungszuständen, hilft bei Ängsten und Nervosität, stärkt die innere Balance.
- *Johanniskraut* das Sonnenkraut hilft gegen Kummer, Depression und traurige Gedanken.
- *Mistel* bringt Licht ins Unbewusste und Verborgene, schützt vor Missgeschicken und Unglück.
- *Kampfer* fördert die Selbstliebe und schenkt inneren Frieden.

- *Holunder* unterstützt den richtigen Zeitpunkt für Entscheidungen zu finden.

- *Frauenmantel* hilft, für sich selbst da zu sein.

- *Eisenkraut* stärkt das Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen und macht Mut.

- *Rosmarin* schafft Durchlässigkeit, öffnet das Herz.

- *Engelwurz* oder Angelika ist angstlösend, seelisch stärkend und aufhellend, kann Herzenswärme und Lebensfreude fördern und uns ins eigene Vertrauen zurückführen.

Dieses kleine Räucherkräuterlexikon soll dir helfen deinen individuellen Duft für dich zusammenzustellen und das für dich passende Kraut zu finden. Vertraue dabei immer auch deiner inneren Stimme, denn die weiß am BESTEN was für dich gut ist.

Wenn du Lust hast das Räuchern in den Rauh Nächten zu zelebrieren und dich auf eine Reise zu dir einzulassen, komme doch in den Online-Kurs: [„Magische Rauh Nächte – \(d\)ein Weg zu dir.“](#) und gehe gemeinsam mit anderen durch diese wundervolle, magische Zeit.

Räuchern kann man zwar jederzeit und das macht auch Spaß. Wenn du jedoch einmal so richtig Lust verspürst deine Wohnung zu reinigen, altes loszulassen und dich mehr auf die Wohnung konzentrieren willst, dann kannst du dies unter Anleitung machen. Der Kurs: [„Dein Zuhause als Ort der Kraft“](#) hilft dir deine Wohnräume einmal auszumisten, loszulassen und energetisch zu reinigen. Du wirst sehen, danach hast du wieder mehr Energie, Leichtigkeit und Platz für neues in deinem Leben.

Ich würde mich freuen dich bei einem dieser Kurse zu treffen. Wenn du jedoch jemand bist, der lieber persönlich begleitet werden will. Kannst du dich auch gerne mit mir persönlich Kontakt aufnehmen.

Auf diesem Weg wünsche ich dir eine wundervolle Reise in deinem Leben und viele positive Momente des Glücks.

Love & Shine Michaela Lamprecht

www.michaelalamprecht.at