

INHALT

Einleitung	9
------------------	---

Kapitel 1

Eintauchen in eine andere Welt – Über die Schwelle gehen	13
Wenn wir an der Schwelle stehen.....	13
Die Heilkraft des Jahreskreises – Acht Schwellenfeste.....	15
Unsere Sinne als heilige Schwellen	19
Menschen sprechen Pflanzen an	21
Pflanzen sprechen Menschen an	24

Kapitel 2

Zur Geschichte des Räucherns	27
Räuchern – Auf den Spuren alter Kulturen.....	27
Räuchern in den Weltreligionen	32
Räuchern – Auf der Suche nach Verbundenheit.....	33
Dreimal drei ist neunerlei.....	35
Neunerlei Hölzer.....	35

Kapitel 3

Jahreskreis und Räucherpflanzen	37
Die Jahreskreisfeste im Überblick.....	37
Die Raunächte	42
Bräuche der Raunächte	44
Wintersonnenwende – Weihnachten	48
Fichte.....	52
Tanne	53
Mistel	54

Zunehmende Mondsichel – Lichtmess	55
Birke	59
Quendel	60
Bartflechte	61
Frühlings-Tagundnachtgleiche – Ostern.....	62
Immergrün	67
Salweide	68
Haseinuss	69
Vollmond-Fruchtbarkeitsfest – Walpurgis.....	70
Holunder	74
Frauenmantel	75
Bilsenkraut	76
Sommersonnenwende – Johannistag	77
Johanniskraut	81
Wurmfarm	82
Föhre	83
Erntemond – Schnitterfest – Maria Himmelfahrt.....	84
Königsckerze	89
Dost/Wilder Majoran	90
Schafgarbe	91
Herbst-Tagundnachtgleiche – Erntedank/Michaeli	92
Hafer	96
Lärche	97
Heckenrose	98
Neumond-Dunkelheitsfest – Allerheiligen/Allerseelen.....	99
Eibe	104
Engelwurz	105
Baldrian	106
Die alte Dreiteilung des Jahreskreises	110
Eins in dreien – Umfassend verbunden	111
Die Heiligen Drei Madl und die Große Göttin.....	113
Die Ältesten	118
Beifuß	118
Wacholder	120
Ruchgras	121
Die Heiligen Drei Könige	122

Kapitel 4

Räucherwerk, Räucherutensilien und Rituale	125
Wie wird geräuchert?	125
Räucherwerk.....	128
Räucherutensilien	130
Verschiedene Arten des Räucherns	132
Räuchermischungen für verschiedene Anliegen.....	136
Räuchern zum Reinigen der Atmosphäre in Häusern und Wohnungen	137
Räuchern, um den eigenen Körper zu reinigen und zu stärken.....	137
Reinigende Mischungen	139
Weihnachtsräucherung/Wintermischungen	139
Räuchern, um „böse Geister“ und „Dämonen“ zu vertreiben.....	141
Schützende Mischungen	141
Räuchern, um sich zu zentrieren.....	143
Zentrierende Mischungen	143
Landschaftsräucherung	143
Räuchern, um zu segnen.....	145
Segnende Mischungen	145
Liebesträucherung.....	147
Mischungen für Lust und Liebe.....	147
Die Kraft von Ritualen.....	148
Räucherritual für das Haus	150

Kapitel 5

Der Jahreskreis und weitere Verbindungen	153
Der Jahreskreis als Symbol für einen Tag.....	153
Der Jahreskreis in Verbindung mit den Elementen	160
 Nachwort.....	168
Über die Autorin.....	169
Quellen und weiterführende Literatur.....	170
 Register der vorgestellten Pflanzen.....	172
Register der Pflanzen nach den Jahreskreisfesten	174