

Karin Myria Pickl

7 Tage  
Seelenzeit

Tag 2

# Seelenzeit

## Zeit für deinen Altar

Heute möchte ich ein paar Worte zu deinem Samhain-Altar schreiben.

Das Wort Altar ist für viele Menschen negativ besetzt, da sie damit unangenehme Erfahrungen und Erinnerungen verbinden.

Traditionell kennt man den Altar in der Kirche sowie den Hausaltar, den Hergottswinkel in den Wohnräumen, oder einen Altar im Garten. Grundsätzlich sind das wundervolle Brauchtümer, wie man sie ähnlich in ganz vielen anderen Ländern und Kulturen findet. Was viele Menschen hierzulande daran stört, ist die Schwere, das Leidvolle, das Düstere und Dunkle, das die alten kirchlichen Traditionen verströmen können.

Doch es geht auch anders!

Wir können heute wunderschöne, kraft- und freudespärende Hausaltäre einrichten. Wenn du dir einen Hausaltar mit positiven Gegenständen gestaltest, ihn regelmäßig nutzt, dort betest oder meditierst,

lädst du diesen Platz mit kraftvollen Energien auf. Im Laufe der Zeit spürst du, wie es dich schon energetisiert, wenn du dich nur dort aufhältst. Du schaffst dir einen echten kleinen Kraftplatz zu Hause!

Du solltest allerdings gut darauf achten, dass du dort nur solche Gegenstände aufnimmst, die dir wirklich gut tun, die dein Herz berühren, dich an deine Lebensziele erinnern oder für die du dankbar bist ...

Daher schaue dir heute deinen Samhain-Altar nochmals an und fühle hin, ob er dir gut tut. Wann immer du das Bedürfnis hast, etwas zu verändern – mache das!

Es wäre schön, wenn wir heute Fotos von unseren Samhain-Altären in der Facebook-Gruppe teilen würden. Magst du? :-)

**Gestalte deinen Altar so,  
dass dein Herz weit aufgeht,  
wenn du ihn anschaust ...**



### Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Seelenimpuls

## *Sterben, Abschied und Übergang*

Das gemeinsame Hauptthema der verschiedenen Feste um den 1. November ist der Tod – Sterben, Abschied, Übergang, Anderswelt, Loslassen, Frieden und Ahnengedenken.

Nimm dir heute etwas Zeit, um darüber nachzudenken und nachzufühlen, wie du zum Thema Sterben stehst – auf den verschiedensten Ebenen, zum Beispiel:

- Sterben eines geliebten Menschen
- Tod eines Haustieres
- Absterben der Natur im Herbst
- tägliches „Sterben“ am Abend
- Aufgeben von Träumen
- Sterbenlassen von Zielen oder Projekten
- Verlust von Gesundheit/Jugendlichkeit
- Wissen um den eigenen Tod
- ...

Wie geht es dir damit?

Welche Gedanken und Gefühle hast du dazu? Welche Aspekte beschäftigen dich?

Kannst du dich dem Thema offen widmen oder würdest du es lieber verdrängen?

Und was hat dir bisher geholfen, Verluste gut zu verarbeiten und vielleicht sogar gestärkt aus dem Schmerz hervorzugehen?

Nun denke darüber nach, ob es etwas in deinem Leben gibt, das jetzt sterben darf. Vielleicht hältst du verkrampft an etwas fest, das schon lange keine Kraft mehr hat – Ideen, Ziele, Freundschaften oder auch Möbel und Erinnerungsstücke usw.

Fühle in dein Herz, ob diese jetzt gehen dürfen. Schreibe sie dir auf und übergib sie dann einem Feuer oder überlege dir andere kleine Loslass-Rituale.

Gutes Gelingen  
Karin Myria



### Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Räucherzeit

*Reinigung, Schutz und Segen*

Feuer- und Räucher-Rituale sind seit Jahrhunderten Tradition und gehen auf alte germanische Wurzeln zurück. Früher waren es die Ältesten der Familie oder Priester, die Haus und Hof durch Räucherungen energetisch reinigten sowie das Anwesen mit speziellen Räucherungen oder Weihwasser segneten und schützten. Als Räucherwerk verwendeten sie früher meist heimische Kräuter wie Beifuß, Bilsenkraut, Fichtenharz, Holunderholz und -rinde sowie Salbei.

## Wirkung von Räucherungen

Mit einer Räucherzeremonie lassen sich schwere, negative, belastende Energien, die sich in den Wohn- und Arbeitsräumen über das Jahr immer wieder ansammeln, lösen und transformieren. In gereinigten Räumen können wir befreiter leben und neue, positive Energien sich leichter entfalten. Zusätzlich kann man mit speziellen Räucherungen gezielt Erwünschtes einladen. So auch zu Samhain.

## Gründe für Räucherungen:

- energetische Reinigung von Räumen
- Harmonisierung der Raumenergien
- Kontakt zu Ahnen aufnehmen/erleichtern
- Abtöten von Keimen in der Luft
- Desinfizierung der Räume bei Krankheiten
- Transformation schwerer Energien
- Abwehr von Dämonen
- Raumbeduftung
- Unterstützung von Ritualen
- Aufbau eines energetischen Schutzes
- Anziehen von erwünschten Energien

## Räuchern in der Seelen- und Ahnenwoche

Wann immer du das Bedürfnis hast, zu räuchern, tue dies. (Wenn du nicht weißt, wie das geht, dann melde dich und ich schicke dir eine Anleitung.) Wähle dir das Räucherwerk intuitiv aus. Besonders geeignet für unsere Gruppe ist Beifuß als Basis.



## Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## Geeignetes Räucherwerk:

- **Alantwurzel:** symbolisiert das Licht Christi, entspannt, behütet, stärkt, zentriert, vertreibt negative Energien und Geister
- **Angelikawurzel:** verbindet mit Anderswelt, stärkt Ahnenkontakt, hebt die Schwingung im Raum
- **Baldrianwurzel:** beruhigt, erhellt das Gemüt, verbindet mit anderen Dimensionen
- **Beifuß:** schützt vor negativen Geistwesen, verbindet mit anderen Dimensionen, lindert den Trauerschmerz
- **Drachenblut (Dammar):** kann sehr schwere Energien lösen, am besten in Mischungen, zum Beispiel mit Weihrauch
- **Eichenmoos:** kann dabei unterstützen, schmerzliche Erinnerungen loszulassen
- **Erdrauch (Elfenrauch):** klärend, ausgleichend, harmonisiert, schützt, reinigt, verbindet mit der Anderswelt, vertreibt Geister und Dämonen, befreit von Flüchen
- **Holunder:** schützt, begleitet Übergangszereemonien
- **Lavendel:** tröstet, unterstützt den Schmerz zu verarbeiten
- **Mistel:** öffnet für Visionen, schützt vor negativen Energien, stärkt, öffnet das Tor zum Jenseits, fördert Ahnenkontakte

- **Myrrhe:** reinigt, desinfiziert, schafft ruhige und klare Atmosphäre, harmonische und zufriedene Stimmung – steht für Weibliches, Gefühle und Erde (siehe auch Weihrauch)
- **Myrte:** reinigt, klärt, bringt Frieden und gleicht aus, tröstet bei seelischen Verletzungen, unterstützt Meditationen, gut bei einem Neubeginn
- **Ringelblume:** ihr Rauch ist wie eine Brücke ins Jenseits, hilft beim Abschiednehmen und Loslassen, fördert die Erinnerung an schöne Momente mit unseren Verstorbenen und Ahnen
- **Styrax:** beruhigt, entspannt, fördert einen klaren Blick auf das eigene Innenleben, gut bei medialer Arbeit
- **Thuja:** hilft, Verdrängtes wieder in das Bewusstsein zu holen
- **Wacholder „Wotans Gerte“:** klärt Geist und Räume, fördert den Ahnenkontakt, vertreibt schwere Energien und negative Wesenheiten, löst Krankheitsenergien
- **Weihrauch:** wirkt desinfizierend und reinigend, erhöht die Energie, bringt Segen – steht für das Männliche, den Verstand und den Himmel (siehe auch Myrrhe)

**Sicherheitshinweis:** Achtsam sein! Das brennende Räucherwerk immer beaufsichtigen. Kinder und Tiere dürfen sich während des Räucherns nicht in den Räumen aufhalten!



## Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---