

LEBEN MIT RÜCKENWIND

KERSTIN SCHULENBURG



SPACE CLEARING - SO BRINGST DU FRISCHE ENERGIE IN DEINE RÄUME

Ein Space Clearing kann alte, angestaute Energien wieder in Fluss bringen und das Schwingungsniveau deiner Räume erhöhen. Dadurch werden alle Menschen gestärkt, die sich in den gereinigten Räumen aufhalten.

SO KANNST DU VORGEHEN

Es gibt verschiedene Möglichkeiten der energetischen Reinigung. Nicht nur für Häuser, auch für Dinge und Lebewesen, wird energetische Reinigung traditionell und rituell in vielen (vielleicht allen) Kulturen angewendet. Im keltischen Kulturkreis kennt man von alters her das Räuchern. Auch die katholische Kirche nutzt das Räuchern mit Weihrauch zur Reinigung und zur Anhebung der Energie zum Gottesdienst.

Meine Kurzanleitung folgt im Wesentlichen den Vorschlägen von Karen Kingston aus dem Buch "Heilige Räume schaffen mit Feng Shui", das ich allen, die gerne tiefer in die Materie einsteigen möchten, empfehle.

Das ist WICHTIG:

Führe kein Space Clearing durch, wenn du dich ängstlich oder besorgt oder krank fühlst.

Wenn du deine Menstruation hast, ist es auch nicht ratsam, da Körper und Seele in dieser Zeit mit innerer Reinigung beschäftigt sind.

Wenn du schwanger bist, lässt du das Space Clearing auch besser von einem Partner durchführen.

Mache kein Space Clearing für jemand anderen ohne dessen Wissen und Zustimmung. Wenn du mit anderen Personen im Haushalt lebst, hole ihr Einverständnis oder binde z.B. deinen Partner in die Arbeit ein.

LEBEN MIT RÜCKENWIND

DIE VORBEREITUNG

Auch wenn du am liebsten gleich loslegen würdest: Je besser und gründlicher die Vorbereitung, umso besser und anhaltender werden deine Ergebnisse sein!

Das benötigst du:

Räucherwerk (Salbei oder Weihrauch), ein feuerfestes Gefäß, Räucherkohle
Glöckchen, Zimbeln, Gong oder Klangschale - alternativ einen Topfdeckel mit angenehmem Klang
Duftöl, Raumspray (nur 100% natürliche Öle und Essenzen verwenden)

Das solltest du tun:

Gründlich Staubsaugen, Putzen und Staubwischen – in allen Winkeln und Ecken

Aufräumen und dabei idealer Weise entrümpeln - trenne dich von allem, was du nicht mehr brauchst!

Müll rausbringen

Duschen oder zumindest Hände waschen

Nahrungsmittel in geschlossene Behälter oder Schränke packen (Obst kann stehen bleiben)

„störungsfreie Zeit“ schaffen (Kinder, Telefon)

Metallschmuck und metallene Gegenstände ablegen

Hilfsmittel bereitlegen (Räucherwerk, Kohle, passendes Gefäß, Glöckchen oder Klangschale oder Zimbeln oder Gong oder Topfdeckel mit angenehmem Ton, Aura Soma Pomander oder Raumspray oder „Weihwasser“ - Wasser mit Duftöl). Wenn du magst, kannst du dir dafür einen kleinen Altar aufbauen, auf den du auch eine Kerze und Blumen stellst.

Schuhe ausziehen und Ärmel hochkrempeln

Einstimmung - Mache dir deine Absicht klar und formuliere sie. Womit willst du die Räume füllen, was soll sich in deinem Leben verändern? Schließe mit einem Satz wie: Möge dies oder etwas Besseres zum Wohle Aller geschehen.

LEBEN MIT RÜCKENWIND

JETZT KANN ES LOSGEHEN

Die Kontaktaufnahme:

Suche den energetischen Mittelpunkt des Hauses, den Platz an dem du am besten Kontakt zu deiner Wohnung aufnehmen kannst (intuitiv, d.h. lass dich einfach leiten ohne nachzudenken).

Verbinde dich dort mit den Räumen, begrüße dein Zuhause bzw. den genius loci (Geist des Ortes), teile dein Vorhaben mit. Du kannst auch um Unterstützung bitten (z.B. durch den Geist des Hauses, Engel o.ä. ganz nach deinem Geschmack oder ein kleines Gebet oder Segensbitte sprechen).

Beginnend bei der Eingangstür

Sensibilisiere deine Hände indem du sie kräftig aneinander reibst.

Versuche nun, die Energie in den Räumen zu erspüren, indem du mit der Hand an den Wänden entlang streichst. Halte deine Sinne und dein Herz offen. Horche, was deine Räume dir mitteilen.

Gehe so einmal durch die komplette Wohnung und alle Stockwerke.

Wenn du anfangs nichts oder nur wenig wahrnimmst, ist das vollkommen in Ordnung. Je öfter du ein Space Clearing durchführst, umso intensiver wird der Kontakt zu deinen Räumen und deine Wahrnehmung.

Wichtig: Führe alle weiteren Schritte mit der klaren Absicht aus, den jeweiligen Raum zu reinigen, alle alten, stagnierenden, anhaftenden Energien aufzulösen – denke oder visualisiere, was dir eher liegt.

Je klarer die Absicht, umso wirkungsvoller das Ergebnis!

- Wieder beginnend bei der Eingangstür klatsche ringsherum alle Ecken aus - auch unter dem Bett oder in Nischen, folge deiner Intuition was Heftigkeit und Dauer betrifft. Nach dem Rundgang Hände waschen.
- Reinigung mit Klang (Glöckchen, Gong o.ä.) wieder ringsherum durch alle Räume, dicht an der Wand entlang
- Räuchern, z.B. mit Weihrauch oder Salbei
- Lüften
- Bringe eine gewünschte, neue Energie in die Räume oder fülle sie mit Liebe und Licht – mit der klaren Absicht, evtl. unterstützt von Aura Soma, Weihwasser oder ähnlichem.
- Gehe wieder zum energetischen Mittelpunkt, danke für die Unterstützung, verabschiede dich.
- Ggf. nochmals Hände waschen

LEBEN MIT RÜCKENWIND

WAS SONST NOCH WICHTIG IST

Wenn du das Gefühl hast, dass eine ganz besonders intensive Reinigung erforderlich ist, z.B. nach einer schweren Krankheit oder beim Einzug in ein neues Haus um die Energien von Vorbesitzern/-mietern aufzulösen, ist die Reinigung mit Salz empfehlenswert.

Benutze dazu am besten unraffiniertes **Meer- oder Steinsalz** und streue eine Salzlinie auf die Schwelle jedes Raumes und der Eingangstüre. Du kannst zusätzlich in jede Raumecke und die Mitte des Raumes eine kleine Schale mit Salz aufstellen. Belasse sie 24 Stunden dort, dann kannst du es in der Toilette entsorgen. **AUF KEINEN FALL ZUM KOCHEN VERWENDEN!**

Wie kannst du diesen Zustand hoher Energie in deinem Lebensraum möglichst lange bewahren?

- Lüfte täglich, schüttele die Betten aus – tue dies bewusst als feinstoffliche Reinigung.
- Pflege alle Lebewesen im Haus.
- Umgib dich nur mit Dingen, die dir Wohlgefühl bringen.
- Und vor allem: **Begegne deinem Haus in Liebe und Liebe wird seine Antwort sein!**



©maxikt von CCO via Canva.com