

## Fichte

*Picea abies*

Bringt alte Wunden zum Heilen ans Licht. Klärt den Geist, fördert die Konzentrationsfähigkeit. Reinigt und schützt. Erweitert den Brustraum und das Herz.

### Ernte:

zum Räuchern eignet sich am besten das Harz. An verwundeten Fichten absammeln. Wichtig dabei ist, dass die Baumwunde bereits abgeheilt ist. Das Harz sollte zirka drei Jahre alt sein. Seine Konsistenz ist dann hart, die Farbe außen grau, innen Rosa-weiß oder gelb. Es ähnelt in diesem reifen Zustand der Baumrinde. Das Sammeln ist an keine Tages- oder Jahreszeit gebunden.

## Engelwurz

*Angelica sp.*

Wurzel: Gehört in jede Schutzräucherung, lässt einen schützenden Lichtmantel entstehen.

Zur Reinigung alter Häuser.

Blüte und Samen: Bringen Großzügigkeit und Vertrauen. Wirken als Antidepressiva. Unterstützen den Kontakt zu unseren Engeln.

### Ernte:

Zum Räuchern nehmen wir die zerkleinerte Wurzel oder Blüte und Samen. Zur Ernte der Wurzel benötigen wir eine einjährige Pflanze. Sie wird im Herbst und Frühjahr geerntet. In der freien Natur ist es etwas schwierig diese Pflanze zu finden und eindeutig zu bestimmen (Ähnlichkeit mit dem giftigen Schierling). Es ist daher besser man kauft sie in einer Gärtnerei und pflanzt sie in den Garten oder man kann die getrocknete Wurzel auch in der Alten Apotheke in Rosenheim kaufen.

## Minze

*Menta piperita*

Erfrischend, erweckend, reinigend. Klärt die Gedanken, energetisiert Körper und Geist. Hilft, den Alltag energievoller anzugehen und mehr im Hier und Jetzt zu sein.

### Ernte:

Man kann die Pflanze kurz vor der Blüte ernten. Zum Räuchern nehmen wir alle oberirdischen Teile, Blätter und Stiele.