

Marlis Bader

# ***WOHNEN*** ***IN GUTER*** ***ENERGIE***

Räuchern und Rituale  
für Haus und Wohnung

Kösel

MARLIS BADER

# WOHNEN IN GUTER ENERGIE

RÄUCHERN UND RITUALE FÜR  
HAUS UND WOHNUNG



EBOOKS

Marlis Bader

***WOHNEN***  
***IN GUTER***  
***ENERGIE***

Räuchern und Rituale  
für Haus und Wohnung

Kösel

# Inhaltsverzeichnis

## EINLEITUNG

### EIN HAUS HAT VIER GESICHTER

Das erste und zweite Gesicht des Hauses

Das dritte Gesicht des Hauses

Das vierte Gesicht des Hauses

### DER SCHMERZKÖRPER EINES HAUSES

Emotionaler Schmerzkörper

Mentaler Schmerzkörper

### HÄUSER-WOHNUNGEN

Mietwohnungen – ganz konkret

### RITUALARBEIT WECKT LÖSUNGSPULSE

Das Märchen von der blauen Flamme

Was ist ein Ritual?

Allgemeines übers Räuchern

Altäre, Anrufungen, Danksagungen

Durch den Rauch gelöste Informationen verankern

Das Ritual zur energetischen Hausreinigung im

Überblick

### HÄUFIGE PROBLEME UND IHRE AUSWIRKUNGEN

Familienangelegenheiten, die in den Räumen schwingen

Arbeit mit verstorbenen Hausbewohnern

Selbstmorde im Haus

Unterschiedliche Stauenergien und ihre Lösung

### PFLANZENBEWUCHS UND WAS ER UNS MITTEILT

[EINWEIHUNGEN UND SEGNUNGEN](#)

[RÄUCHERPFLANZEN](#)

[Danksagung](#)

[LITERATUR](#)

[SACHREGISTER](#)

[PFLANZENREGISTER](#)

[KONTAKT](#)

[Copyright](#)

# EINLEITUNG

Es dämmt und in den Häusern gehen die Lichter an. Ich bin acht Jahre alt, sitze im Auto meiner Mutter und wir fahren durch den Ort: vorbei an erhellten Fenstern, und für einen kurzen Moment bekomme ich Einblick in die verschiedensten Welten. Das flüchtige Bild, der kleine Ausschnitt einer fremden Wohnung, die an mir vorbeigleitet, erfüllt mein Herz mit unterschiedlichsten Stimmungen. Ich ahne, dass sich hinter jedem Fenster eine eigene Welt mit eigenen Gesetzen und Regeln, eigenen Gefühlen und Stimmungen aufbaut.

Völlig fasziniert versuche ich, mich in das eine oder andere Fenster hineingeleiten zu lassen. Wie fühlen sich die Menschen an, die dort wohnen? Wer sind sie? Ein ganz eigener Kosmos aus Zeit und Raum eröffnet sich für mich – wie Bienenwabe an Bienenwabe. In manche der Waben werde ich hineingezogen, einige sind mir nah, andere stoßen mich ab. Weniger und weniger werden die Häuser, die erleuchteten Fenster seltener, wir verlassen die Stadt. Ich fange an, mich auf zu Hause zu freuen, auf unsere »Wabe«, die Welt meiner Familie.

Heute, drei Jahrzehnte später, stehe ich mit einer Räucherschale in der Hand in einer mir fremden Wohnung. In mir steigt die Erinnerung an dieses Kindheitserlebnis auf. Ich merke, dass mich damals etwas berührt hat, das mich bis heute nicht los lässt. Immer wieder bin ich fasziniert von all den unterschiedlichen Räumen und Welten, in die ich bei meiner Arbeit – der energetischen Hausreinigung – eintauche. Jedes Haus und jede Wohnung ist eine eigene Welt mit einer eigenen Dynamik und Geschichte. Der Raum spiegelt die Menschen wider, das, was sie mögen, was sie

brauchen oder das, mit dem sie hadern. Seit ich von immer mehr Menschen gebeten werde, ihre Häuser und Wohnungen zu räuchern, ist mir aufgefallen, dass neben der aktuell dort herrschenden familiären Atmosphäre häufig noch etwas anderes mitschwingt, was das Wohngefühl bestimmt und prägt: die Vergangenheit, die Geschichte des Hauses. All die Menschen, die im Laufe der Zeit dort gelebt haben, haben feine Abdrücke hinterlassen – wie versteckte Botschaften.

Manchmal ist es so, als ob sich das Buch der Zeit aufblättert und Geschichten erzählt. Geschichten von Freud und Leid, von Trauer und Verlassenheit, von Sterben und Tod, von Nicht-loslassen-Wollen, von Hoffnung und Enttäuschung. Es sind Geschichten, die Menschen längst vergangener Generationen geformt haben und die die Menschen auch heute noch formen. All dies ist spürbar, bleibt stehen im Raum, will gesehen, gewürdigt und gelöst werden. Es gibt Orte, da blättert das Buch der Zeit weit in die Vergangenheit zurück, in eine Zeit, bevor dort Gebäude standen. Innere Bilder steigen auf, Jahrhunderte oder Jahrtausende zurück, auch sie wollen gesehen und mitgeteilt werden.

Ja, Häuser und Orte können nach Erlösung rufen. Es ist immer die menschliche Geschichte und ihre Auswirkungen, an der sie oft schwer tragen und die in Heilung gehen will.

Die Pflanzen waren es, die mich diesen Weg gehen ließen. Ich interessiere mich schon seit langem für Kräuter und Heilpflanzen. Auf der Suche nach abendländischem Kräuterwissen entdeckte ich auch die Kunst des Räucherns. Das Verräuchern von heimischen Kräutern, Wurzeln und Harzen, um Räume energetisch zu reinigen, begeisterte mich sehr.

Bald schon stellte ich eigene Räuchermischungen in Zusammenarbeit mit der Naturland-Gärtnerei

»Blumenschule« in Schongau her. 2003 veröffentlichte ich mein Buch *Räuchern mit heimischen Kräutern* (ebenfalls erschienen im Kösel-Verlag) und in zahlreichen Seminaren gebe ich mein Pflanzenwissen weiter.

So war es ein natürlicher Schritt, in immer mehr Häuser gerufen zu werden, um dort zu räuchern bzw. energetisch zu reinigen. In zahlreichen Räucherungen ergab sich für mich eine immer wiederkehrende Struktur: Ich nenne sie die »vier Gesichter eines Hauses«. Aus diesen vier Ebenen ergibt sich die Wohnqualität eines Ortes. Zusätzlich nehme ich manchmal eine Art »dunklen Schleier« über einem Gebäude wahr. Dieser ist natürlich nicht wirklich sichtbar, sondern wirkt eher wie eine Art Traurigkeit oder Verlassenheit, die über dem Ort liegt. In diesem Fall ist meist in der Vergangenheit des Hauses schweres menschliches Leid geschehen. Diesen »dunklen Schleier«, der unabhängig von der Renovierung des Gebäudes wahrzunehmen ist, nenne ich den »Schmerzkörper« des Hauses.

Dieses Buch ist der Versuch, meine Erfahrungen zu benennen, ihnen Struktur zu geben. Übrigens: All die Erfahrungen, die ich hier mit Häusern beschreibe, gelten gleichermaßen auch für Wohnungen.

Und dies sei ebenfalls angemerkt: Sie werden im Laufe der Lektüre immer wieder auch auf Themen treffen, wie sie im Feng Shui vermittelt werden. Ich habe großen Respekt für die Weisheitslehren aller Völker, in diesem Fall vor der asiatischen, möchte mich aber trotzdem von der Feng-Shui-Lehre deutlich abgrenzen, da sie für mich nie von Interesse war und ich daher wenig Kenntnisse über sie habe. Mein Weg ist es, hier auf diesem Flecken Erde zu leben und von diesem Land und aus mir heraus zu schöpfen, eingebunden in die großartige Natur unserer Heimat.

*Ein Hinweis für die Leserinnen und Leser:*

Der Inhalt dieses Buches ist aus meiner persönlichen Anschauung heraus entstanden. Aus dieser persönlichen Wahrheit heraus werden Erfahrungen erlebt und diese wiederum prägen die persönliche Wahrnehmung. Ich bitte Sie daher, meine Wahrheit zu achten und Ihrer eigenen Wahrheit zu glauben. Denn jeder Mensch, der sich mit dem hier genannten Thema beschäftigt, wird eigene Erfahrungen machen, die sich von meinen unterscheiden können. Doch die Ideen und Erkenntnisse dieses Buches bieten die Chance, das eine oder andere Phänomen näher zu erfassen bzw. zu erklären.

Ich empfehle daher, beim Lesen der Zeilen immer wieder zu überprüfen, ob die geschriebenen Worte mit der eigenen Wahrnehmung übereinstimmen oder nicht. Jeder ist selbst für seine Wahrheit verantwortlich, aus der heraus das eigene Lebensgefühl, der Glaube und die jeweiligen Erfahrungen entstehen.

Marlis Bader, Sommer 2006

# ***EIN HAUS HAT VIER GESICHTER***

Es kommt häufig vor, dass nach einem Umzug Unwohlsein oder depressive Stimmungen auftreten. Äußerlich ist alles in Ordnung, denn der Umzug war schon lange geplant und das Haus oder die Wohnung scheinen ideal zu sein. Trotzdem fühlt man sich nicht richtig wohl. Was steckt hinter solch einer Situation?

Jeder kennt das: Wenn wir ein Gebäude, ein altes Haus, ein Museum, ein Amt oder einen Neubau betreten, werden wir mit unterschiedlichen Stimmungen konfrontiert. Wir fühlen uns leicht, beschwingt, wohl oder bedrückt, düster, ängstlich und niedergeschlagen. Der Grund dafür liegt darin, dass jedes Haus und jedes Gebäude sein eigenes Wesen, seinen eigenen Charakter und Ausdruck hat. Wenn man es betritt, begibt man sich also gleichzeitig in das energetische Feld des jeweiligen Gebäudes. Dieses zeigt sich in der Atmosphäre des Raumes und der Stimmung oder der Erinnerung, die uns überkommt. Es gibt Häuser, die neutraler sind und solche, die eine starke Eigenschwingung haben. Was verbirgt sich hinter dem Individuum Haus, das heißt hinter dem System eines Hauses?

***Das Außen und das Innen erzeugen in Haus und Wohnung ein energetisches Feld.***

Ein Haus hat vier Gesichter, die das individuelle Wesen (energetisches Feld/Haussytem) des Gebäudes ausmachen. Zwei der vier Gesichter oder Ebenen bestehen aus den äußeren Gegebenheiten.

So gehört in die *Ebene I* die Gestalt des Hauses, die Materialien, die Architektur, der Baustil und die Ausrichtung nach den Himmelsrichtungen.

Die *Ebene II* repräsentiert die Umgebung des Hauses: Damit ist die unmittelbare Umgebung (Straßen, Garten, Strommasten) gemeint sowie die größere landschaftliche Prägung (Wälder, Berge, Flüsse...), in die das Gebäude eingebettet ist. Hinzu kommt der Ort selbst, auf dem das Anwesen steht. Hier sind eventuelle Wasseradern und Erdstrahlen von Bedeutung.

Die *Ebenen III und IV* stehen für die inneren Gesichter. Sie sind für Außenstehende nicht zu sehen. Trotzdem können sie wahrgenommen werden und tragen zur Atmosphäre des Ortes bei. In die *Ebene III* – »die Ahnen des Hauses« –, gehören sowohl die aktuell dort lebenden Menschen als auch alle Familien und Personen, die in der Vergangenheit dort gelebt haben und auch die Erbauer bzw. Besitzer des Anwesens. Diese Seite stellt die gesamte menschliche Linie des Hauses dar. Die *IV. und letzte Ebene* repräsentiert die Geschichte des Ortes und zeigt seine Vergangenheit auf: Standen vor der jetzigen Bebauung bereits andere Gebäude dort? Wie wurde der Ort bisher genutzt? War es ein geschichtlicher Platz, zum Beispiel ein ehemaliges Schlachtfeld, eine Keltenschanze etc.?

An manchen Orten ist für mich noch eine feinstoffliche Präsenz spürbar, die ich den *Geist des Ortes/Genius Loci* nenne. Auch seelische Wesenheiten können von Fall zu Fall wahrgenommen werden. Das sind Wesenheiten, die durch unsere innere Bilderwelt mit uns kommunizieren. In der Märchen- und Sagenwelt nehmen sie die Gestalt von Hauswichteln oder Hausgeistern (keine »Gespenster«) an. Sie repräsentieren den »guten Geist«, eine seelische Qualität des Ortes. Ist eine oder sind mehrere dieser Ebenen im Ungleichgewicht oder verletzt, so spiegelt sich dies in der Atmosphäre des Hauses wider.

### **Die vier Gesichter eines Hauses:**

Genius Loci – der Geist des Ortes			
Die Gestalt des Hauses	Die Umgebung des Hauses	Die Ahnen des Hauses	Die Geschichte des Ortes
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Art des Baues, Stil, Materialien</li> <li>● Einbettung in die Himmelsrichtungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Landschaftliche Prägungen (Wald, Berge, Flüsse, Hügel, Straßen)</li> <li>● Unmittelbare Umgebung (Straßen, Garten, Strommasten)</li> <li>● Platz, an dem es steht (Erdstrahlen, Wasseradern, Kreuzungen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Die Erbauer des Gebäudes</li> <li>● Alle ehemaligen und jetzigen Eigentümer und Besitzer</li> <li>● Familien und Menschen, die darin gelebt, gearbeitet, gestorben sind</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Die Geschichte des Hauses (Umnutzungen etc.)</li> <li>● Zeitdimensionen (Geschichte) des Ortes</li> </ul>
Elementarwesen des Hauses und Naturwesen des Ortes			

## ***Das erste und zweite Gesicht des Hauses***

Auf die Ebene I und II möchte ich im Folgenden nur kurz eingehen, da das Hauptthema dieses Buches die beiden inneren Gesichter, also Ebene III und Ebene IV sind. Es ist sicherlich verständlich, dass ein Haus mit 0,5 m dicken Mauern aus Feldsteinen eine andere Art der Wohnqualität besitzt als ein Holzhaus mit 0,25 m dicken Wänden. Ein Haus aus Beton ist anders als eines aus Lehm usw. Auch die Architektur spielt eine große Rolle: Sind die Räume hoch, voller Fenster oder niedrig und verwinkelt? All das löst in uns unterschiedliche Empfindungen aus und spricht verschiedene Menschentypen an. Wer sich von einem

bestimmten Haus angezogen fühlt, wird sich darin auch wohl fühlen, weil es seinem Typus oder seiner momentanen Lebensaufgabe /Lebenssituation entspricht.

Die Atmosphäre und damit unser Empfinden werden auch von der bereits erwähnten Umgebung des Hauses geprägt. Es ist ein Unterschied, ob sich das Haus in einer Stadt, einem Dorf oder in Alleinlage befindet. Bereits unsere Vorfahren gingen sehr intuitiv und achtsam mit der Wahl ihrer Bauplätze um, und selbst kleinere Gebäude wurden harmonisch in die Umgebung eingebettet. Wenn ich alte Feldscheunen sehe, an einen Hügel geschmiegt, umgeben von Holunderstauden, der Sonne entgegenblinzelnd, weiß mein Körper, dass es ein guter Platz ist, und ich setze mich gerne dort hin, um zu rasten und Energie zu tanken. Die Plätze, die zum Verweilen einladen, wo der Mensch das Gefühl hat, dass er dort rasten oder gar ein Nickerchen machen möchte, das sind die Plätze, an denen sich unser Energiesystem wieder auflädt.

Oft überkommt uns da eine beschauliche Ruhe, ein Ankommen oder eine Müdigkeit, und man bleibt länger gedankenverloren sitzen, als man vorgehabt hat. Fast unbemerkt lädt sich in dieser Zeit unsere Lebenskraft erneut auf und gestärkt und zufrieden können wir zu unseren Alltagsbeschäftigungen zurückkehren. Die Alten wussten schon, wo und wie sie bauen mussten und haben Zweckmäßigkeit mit Schönheit, Harmonie und Wohlbefinden verbunden. Auch bei feinfühligster neuer Architektur, vom Architekten mit Gespür in die Umgebung eingebettet, fließt Lebensenergie zu uns zurück. Es ist daher nicht nur Althergebrachtes stimmig und schön, sondern auch Modernes – mit Sinn und Herz erbaut – kann die Lebenskraft stärken.

***Dort, wo wir gern verweilen, wird unsere Lebenskraft gestärkt.***

Werden hingegen Gebäude wie Klötze auf die Wiese gestellt, wie zum Beispiel die vielen neuen Einkaufszentren in der Peripherie unserer Städte und Gemeinden, wird Lebensenergie abgeschnitten oder blockiert. Das gilt nicht nur für den einzelnen Menschen, sondern für die gesamte Umgebung. Dadurch wird eine gewisse latente Unruhe und Unzufriedenheit gefördert, und diese Unzufriedenheit wiederum wird von vielen Menschen durch vermehrtes Konsumverhalten unterdrückt.

Interessant sind die verschiedenen Richtlinien, wie Häuser in die Himmelsrichtungen ausgerichtet wurden. Der Bezug zu den Himmelsrichtungen, der unseren Vorfahren und allen naturnahen Völkern so wichtig war, ist dem modernen Menschen völlig abhanden gekommen. Wenn Sie einen beliebigen Menschen auf der Straße ansprechen und fragen, wo an diesem Ort welche Himmelsrichtung ist, werden 95 % der Menschen es nicht wissen. Natürlich ist allgemein bekannt, dass der Süden die Sonnenseite und der Norden auf unserer nördlichen Erdhalbkugel der Schattenplatz ist. Im Osten geht die Sonne auf und im Westen geht sie unter. Das bedeutet also Morgensonne = Osten, Abendsonne = Westen. Aber wie ist es an einem bewölkten Tag, nachmittags um 14 Uhr in irgendeiner Straße oder in geschlossenen Räumen, zum Beispiel während des Einkaufens? Wissen wir wenigstens ungefähr, wo die Himmelsrichtungen liegen?

Diese Frage ist keinesfalls unwichtig oder unzeitgemäß. Es zeigt deutlich, dass der moderne Mensch sein natürliches Raumgefühl verloren hat. Nicht mehr im Raum eingebettet zu sein, das heißt unter dem Himmelszelt, wie die Dichter so schön sagen, schafft eine permanente Desorientierung. Ich selbst bin in einer Gegend aufgewachsen, in der die Alpenkette weithin sichtbar sich von Süd-Südost über Süden nach Süd-Südwest zieht. Dadurch war mir bereits als Jugendliche immer bewusst, wo Süden ist und dementsprechend die anderen Himmelsrichtungen sind.

Dieses starke Richtungsgefühl nahm ich mit, als ich einige Jahre im flachen Norddeutschland lebte. Die Himmelsrichtungen waren mir wie selbstverständlich eingepflanzt und so konnte ich mich immer orientieren. Dies zeigt, wie natürliche Gegebenheiten wie Seen, Meere, Berge unser Richtungsgefühl prägen und unterstützen.

So entwickeln Sie Gespür für die Himmelsrichtungen:

1. Achten Sie darauf, in welche Himmelsrichtungen Ihr Haus/Ihre Wohnung liegt: Fällt am Morgen die Sonne herein oder frühstücken Sie in der Morgensonne = Osten.

Zimmer, die hell und meist voller Sonnenlicht sind = Süden. Räume, in die das rötliche Abendlicht fällt = Westen. Sie können sich auch einen Kompass besorgen (ein einfacher Kinderkompass erfüllt durchaus schon seinen Zweck) und nun genau prüfen, wie Ihre Wohnung in die Himmelsrichtungen eingebettet ist.

2. Wenn Sie an einem sonnigen Tag unterwegs sind, achten Sie auf die Tageszeit und den entsprechenden Sonneneinfall. Immer wieder testen Sie: Von wo kommt die Sonne, jetzt, am Vormittag, Mittag oder Nachmittag? Und Sie werden sofort wissen, wo Osten oder Westen ist. Nun stellen Sie sich die restlichen Himmelsrichtungen vor. Das Zentrum sind Sie und über Ihnen ist der Raum des Himmels.

3. Fühlen Sie die Wetterseite der Bäume. Gehen Sie zu einem Baum, schließen Sie die Augen und umfassen Sie den Stamm. Achten Sie darauf, an welcher Seite die Rinde rauer und bemoost ist. Diese Seite ist die Wetterseite. Gehen Sie so um mehrere Bäume herum. Handelt es sich um eine Baumgruppe, so ist bei allen Bäumen die gleiche Seite bemoost. Überlegen Sie, von welcher Seite in Ihrer Gegend der Wind den Regen und Schnee bringt. Bei mir im Allgäu beispielsweise ist die Nord-Westseite die Wetterseite der Bäume.