



Friedrich Kaindlstorfer

Die Heilkraft des Räucherns

Heimische Kräuter & Harze für starke
Selbstheilungskräfte

Broschur

16,8 x 24 cm; 128 Seiten

ISBN 978-3-7088-0855-0

Kneipp Verlag Wien € 22,00

Räuchern liegt im Trend. War es bis in die sechziger Jahre des 20. Jahrhunderts **fixer Bestandteil der Medizin und Volkshelkunde**, so besinnen sich heute immer mehr Menschen wieder darauf. Im Praxisbuch **Die Heilkraft des Räucherns** beschreibt TEM-Experte (Traditionelle Europäische Medizin) **Friedrich Kaindlstorfer** die Wirkung heimischer Kräuter, Wurzeln und Beeren und die besten Räucherkombinationen zur Unterstützung von Körper und Geist.

Räuchern kann auf natürliche Weise helfen, die **Selbstheilungskräfte zu aktivieren** und **Stresssymptome, Schlaflosigkeit oder Angstzustände zu lindern**. Das Buch enthält ausführliche Beschreibungen von über 30 Heilpflanzen, von Alant bis Ysop, sowie Wirkungsweisen und Anwendungsgebiete sämtlicher Räuchermischungen bei z.B. Arthritis, Kopfschmerzen, Wirbelsäulenbeschwerden.

Mit Buchbonus via QR-Code und zauberhaften Illustrationen von Irish Galizdo.

ET 14. Oktober 2024 (Sperrfrist)

Unterstützung für Körper und Geist

Räuchern ist so viel mehr als ein guter Duft, Räuchern hilft bei der Heilung, weiß Räucher-Experte **Friedrich Kaindlstorfer**. Räuchern kann in vielen (Not-)Lagen des Lebens unterstützen: Lavendel, Mistel und Quendel stärken unser Immunsystem, Tannenharz und Angelikawurzel helfen bei Kopfschmerzen, und Flieder, Weihrauch und Wacholderbeeren unterstützen bei Arthritis. Mit dem abendländischen Heilwissen der TEM und den wichtigsten Fakten zu mehr als 30 Heilpflanzen bietet dieses Buch alles, was man braucht, um die natürliche Heilkraft des Räucherns ganz einfach selbst für Gesundheit und Wohlbefinden zu nutzen.

- Räuchermedizin: **Hilfe bei Atemwegserkrankungen**, Entzündungen, Angstzuständen und vielem mehr
- Individuelle Räuchermischungen als **natürliche Ergänzung zur Schulmedizin**
- Mit Heilkräutern und **Räucherritualen durchs Jahr** - von Mariä Lichtmess zu den Raunächten

Blick ins Buch

"Das Räuchern kann bei der Heilung von Körper und Geist helfen, es kann die **Selbtheilungskräfte aktivieren** und die **Seele beruhigen**. Deshalb möchte ich Ihre Sensibilität für Düfte, in denen sich die Seele der Pflanze mit ihrer Wirkung zeigt, wecken."

Friedrich Kaindlstorfer



Arnika (*Arnica montana*)



Wirkung auf geistiger und emotionaler Ebene:

Bringt fröhliche, heitere Gedanken, schenkt Balance und innere Ausgeglichenheit. Hilft bei Traumata und seelischen Verletzungen, lässt diese besser verarbeiten. Lindert auch Alpträume, Ängste und Verzweiflung. Gerade wenn man glaubt, dass das Glück einen verlassen hat und die Tage nur grau sind, dann ist es Zeit für eine Arnika-Räucherung.

Wirkung auf körperlicher Ebene:

Entzündungshemmend und antispetisch. Hilft bei rheumatischen Muskel- und Gelenksbeschwerden.

Räucherwerk:

Verwendet werden die ganzen Kräuter, Blüten, Stängel und Blätter. Arnika kann insbesondere mit Harzen benutzt werden.

Über den Autor

Dipl.-BW **Friedrich Kaindlstorfer**, MBA, ist ausgebildeter TEM-Praktiker und Geschäftsführer des ersten Zentrums für Traditionelle Europäische Medizin (TEM), dem [CURHAUS Bad Kreuzen](#). Seit Jahren zählt er zu den führenden Experten für das Räuchern als Heilmethode, zur Entspannung und zur Anregung der Selbstheilung. Sein Wissen und seine Leidenschaft für das Räuchern teilt er in beliebten Seminaren und Workshops.

Foto: (c) privat

