

Meditatie en heling – Japanse geuren

Ingrediënten

- 3 koffielepels wit Sandelhout
- 1 Kruidnagel
- 3 "blaadjes" Steranijs
- Stukje Kaneel, 3x0,5cm
- 1-2 grote korrels Benzoë
- 6-8 kleine korrels (rijstkorrels grootte) Mirre
- mespuntje Kamfer

Bereiding poedervorm

Ik heb gekozen voor een poedervorm. Doe alles behalve de kamfer in de koffiemolen. Regelmatig schudden onder het malen en om de 10-15 seconden even stoppen om te kijken naar de fijnheid en om te voorkomen dat de temperatuur te hoog oploopt. Zo voorkom je het voortijdig vrijkomen van geurstoffen en dus geurverlies. Voeg als allerlaatste een paar seconden je kamfer toe.

Bereiding grove losse wierook

Je kunt ook een grover mengsel kiezen. In dat geval zou ik de steranijs, de kaneel, de kruidnagel, de mirre en de benzoë even een paar klappen de vijzel geven. Dan vervolgens het sandelhout toevoegen, even kort door elkaar wrijven en als laatste een paar slagen de kamfer er doorheen werken.

Werken met essentiële oliën

Natuurlijk kun je kruidnagel, de kaneel en de steranijs ook vervangen door de essentiële oliën van deze specerijen. Ik raad je aan in dat geval met merken als Chi en Volatile te werken, aangezien deze een hoogwaardige kwaliteit leveren, wat wonderen doet voor je geurbeleving.



Meer weten over de werking en de geur van losse wierook? Nieuwsgierig naar hoe je eigen wierook kunt samenstellen? Meer weten over de geschiedenis van wierook door de eeuwen en verschillende culturen heen?

<http://aardsegeuren.wordpress.com>