



## **Rund ums Räuchern – Heimische Wohlgerüche in der Stillen Zeit**

Vortrag von Frau Dr. Romana Seunig, Kräuterland Radsberg am 03.12.2018  
Teilnehmer: 70 Personen

### **Wozu Räuchern?**

- Körperlich heilender Rauch; z.B. schmerzende Glieder/Gelenke oder den Rücken in den Rauch spezieller Räuchermischungen halten.
- Öffnen des Geistes (sakrale Anwendung); dem Himmel näher kommen
- Bekämpfung der Angst; besonders in den Alpenländern herrscht viel Angst
- Abwehr-Räucherungen; früher gegen Dämonen, heute bei Ausgrenzung und Mobbing
- Herstellung des seelischen Gleichgewichtes; Einklang von Körper-Geist-Seele.

Früher gab es täglich einen beheizten Herd und das Räuchern gehörte zum Leben. Heute ist offenes Feuer rar und Räuchern nicht mehr alltäglich

Der Umgang mit Rauch ist Kulturerbe der Menschheit. Wirkprinzip beim Räuchern ist die Überlagerung von Materie und Energie. Materie wandelt sich in Rauch um.

Beim Anwenden des Rauches fällt auf, dass es Stellen im Raum gibt, wo der Rauch verschwindet. Dies fällt besonders bei alten Elektrogeräten wie Röhrenfernseher oder bei Wasserleitungen auf. In alten Häusern gibt es oft Bereiche, wo sich unaufgelöste, ungünstige Energien festgesetzt haben.

### **Rauchstoffe:**

- Harze; einheimische und exotische
- Wilde Wiesen
- Unser Garten

### **Wie räuchert man?**

- Duftlampe, nicht zum Räuchern sondern für Aromaöle.
- Räucherstövchen mit Gitter; keine Glut, sondern die Wärme einer Kerzenflamme verdunstet die Duftstoffe. Kein echtes Räuchern, die Glut fehlt.
- Räucherschale, echtes Räuchern mit glühender Kohle aus dem Ofen oder mit käuflicher Räucherkohle (Kohletabletten mit Zusatzstoffen, die die Holzkohle leichter zünden).



**Räucherutensilien:**

Eine feuerfeste kleine Schüssel aus Metall oder Keramik, befüllt mit Quarzsand, damit das Räuchergefäß nicht zu heiß wird und sich leichter reinigen lässt. Eventuell noch ein Sieb, auf das die Räucherkohle kommt - nicht unbedingt notwendig, erleichtert jedoch die Luftzufuhr.

Ein Putzstäbchen zum Entfernen von Verbranntem.

Räucherkohle-Tabletten gibt es mit unterschiedlichem Durchmesser. Sie werden an einer Kante entzündet. Die Glut wandert selbständig durch die ganze Kohle hindurch. Dann wartet man bis die ganze Kohle glüht und die Oberfläche weiß wird. Danach die Räuchermischung in die Vertiefung geben. Ist die Kohle feucht, zündet sie nicht. Hier hilft ein Trick: Kohletablette durchbrechen und im Kernbereich entzünden – hier ist sie meist noch trocken.

Räuchern auch mit Ofenkohle möglich, dann aber andere Vorgangsweise, da Ofen-Holzkohle ein anderes Verhalten zeigt.

**Räucherstoffe**

Alle Räucherstoffe wie Harz, Holz oder Kräuter fein aufarbeiten. Beim Auflegen der Mischung auf die glühende Kohle zischt die Mischung kurz auf, erzeugt den Rauch ohne den Geruch von Verbranntem.

Ausnahme ist das auflegen von frischem Fichtenzweigen oder grünem Wacholder (Kranabeter). Hier entsteht sofort viel weißer Rauch. Man hüllt sich in weißen Rauch.

An einheimischem Harz wird **Fichtenharz** verwendet. Es muss jedoch sehr alt und gut getrocknet sein. Dann ist es krümelig, riecht zitronenartig und hat nur mehr 20 % Feuchte. Frisches Fichtenharz ist zum Räuchern kaum geeignet, es raucht sehr stark.

Im Handel gibt es nur Harz der **Rotfichte aus Frankreich**, das künstlich entfeuchtet wird. Es hat einen glasigen Bruch, ist jedoch nicht sehr lagerstabil da es Feuchtigkeit anzieht und dann leicht schimmelt.

Kiefernharz (Kolophonium) gibt keinen guten Duft. **Kiefernzapfen** sind jedoch gut geeignet.

**Weihrauchharz mit Kiefernzapfen** macht **wach**.

Exotische Harze wie **Weihrauch** und **Myrrhe** sind von Natur aus sehr trocken und sind ideal zum Räuchern.

**Eigenschaft von Weihrauch:** männliche Energie, war bei den Römern dem Sonnengott geweiht. Er kämpft sich alles frei wie ein Schwert.

**Eigenschaft von Myrrhe:** hat einen schweren, weiblichen Duft. Wird dem Weihrauch nur zu einem Drittel zugemischt.

Durch **gemeinsames Räuchern von Weihrauch und Myrrhe** wird das Männliche und Weibliche im Rauch zusammengeführt was auf der Erde getrennt ist.

Reine Kräuter(mischungen) oder Holz haben für unsere Nasen einen sehr strengen Geruch, sodass die Duftinformation nicht richtig ankommt. Durch Mischen mit einem Harz hebt man den Duft an.

**Weiter exotische Harze:**

**Mastix** ist ein griechische Harz, das in der griechisch-orthodoxen Kirche verwendet wird, da Weihrauch dort nicht erlaubt ist. Mastixräucherungen wirken gut gegen Kopfschmerzen.

**Sandarak** aus Nordafrika wird zum Strecken von Mastix verwendet

**Dammar** hat einen zitronigen Abwehrduft.

Auf [www.sonnenlicht.at](http://www.sonnenlicht.at) oder bei „Mandala“ in Klagenfurt kann man die Harze kaufen bzw. bestellen.

Dr. Seunig's Spezialität sind Räuchermischungen von wilden Kräutern.

Es lassen sich aus vielen einheimischen wild wachsende Kräuter und Pflanzen aber auch von Kräutern und Pflanzen aus dem Garten Räuchermischungen selbst zusammenstellen. Man kann experimentieren und für sich etwas Passendes zusammen mischen.

Bekannt ist das urkärntnerische „**Vierberge Laub**“, das ebenfalls zum Räuchern verwendet werden kann. Es besteht aus:

1. **Bärlapp** welches am Magdalensberg gepflückt wird. Es steht für die Zukunft im Osten. Der Rauch hilft bei der Abwehr, auch bei Dunkelheit der Seele. Es hilft, ganz fest am Boden zu stehen.
2. Im Süden, am Ulrichsberg pflückt man den **Efeu**. Er gibt den Hausbewohnern Lebenskraft, Liebe zum Leben und unterstützt das Streben nach Unendlichkeit.
3. Die **Fichte** wird am Veitsberg aufgenommen. Dieser Berg steht im Westen, wo die Sonne untergeht und somit die Dunkelheit symbolisiert. Die Fichte steht gerade, unterstützt somit den vollen Puls des Lebens und wirkt als Seelenbalsam.
4. Und schließlich im Norden, am Lorenziberg kommt **Wacholder** dazu. Von ihm nimmt man alles, das Holz, die Nadeln und Beeren.



Mit dem Vierberge-Laub hat man einen Schutzzauber der 4 Himmelsrichtungen. Man hat sich dann später an den heidnischen Drudenstern (Fünfsackiger Stern) erinnert, der als Bannzeichen für das Böse galt. Heimlich wurde als **5. Laub der Buchs** hinzugefügt. Buchs gilt als Abwehrrpflanze gegen Dämonen.

Eine typische **Kärntner Weihnachtsmischung** ist **Weihrauch, Myrrhe und Speik**

Eine gehaltvolle **Advent-Räuchermischung** besteht aus:

- **Weihrauch**
- **Zimt**
- **Lorbeer**
- **Sternanis** (oder Anis)
- **Gewürnelke**, ganz wenig, da sehr intensiv
- **Kardamon**
- **Koriander**
- **Wacholderbeeren** (2 Stück)

Man beginnt von jedem Bestandteil mit einer ganz geringen Menge, wählt ungefähr gleiche Teile (bei Gewürnelke und Wacholder weniger) und ändert dann nach und nach die Mischung nach eigenem Gefühl. Wichtig ist, alle Bestandteile fein zu zerkleinern.

Es können jedoch eine Vielzahl weiterer einheimischer Pflanzen und Kräuter zum Räuchern verwendet werden. Als Beispiele seien Pflanzen wie sind Königskerze, Lavendel, Eberraute, Holunder, fast alle Minzen- und Melissenarten, Rosmarin, weiße Taubnessel, Muskatellersalbei, Weißdorn usw. genannt.

Für alle Kräuter und Früchte empfiehlt sich eine Mischung mit Harzen, um den teilweise strengen Geruch etwas zu „heben“.



Mitschrift WS; vorbehaltlich Hörfehler