

# Räuchern in den Tiroler Bergen

## Unglück hinaus – Glück ins Haus

Das Räuchern ist eine sehr alte, weltweit verbreitete Praxis, die für medizinische Zwecke, zur Konservierung, als hygienische Maßnahme, religiöse Opferhandlung oder zu energetischen Zwecken angewendet wird oder wurde. Beim Vorgang des Räucherns verglühen pflanzliche Materialien, die auf gühender Kohle Rauch, Duft- und Wirkstoffe an die Umgebung abgeben.

In jeder Region gibt es unterschiedliche Räucherstoffe, aber es gibt auch Räucherwerk, wie zum Beispiel der Beifuß, Wacholder und der Salbei, welches weltweit genutzt wird.

### Anwendungsgebiete

#### • Ritual zum Schutz

Traditionell begleiten Räucherungen Rituale, die zu bestimmten Zeiten durchgeführt werden bzw. wurden (in Raunächten, bei Gewittern), um Haus und Hof vor übelwollenden Kräften zu schützen.

#### • Medizin

In der konventionellen Medizin spielen Räucherungen heute kaum mehr eine Rolle, da sich die Krankheitskonzepte, Erklärungsmodelle und Lebensumstände geändert haben. Allerdings verwendet man sehr wohl zum Beispiel den desinfizierenden Wacholder, um Krankheitserreger abzutöten.

#### • Energetische Reinigung

Es werden energetische Wohn-

raumreinigungen mit Räuchermitteln im Falle von Unwohlsein, Unglück und häufigen Erkrankungen, dem Gefühl, dass etwas Fremdes oder nicht Aufgearbeitetes vorhanden ist, durchgeführt.

- **Haltbarmachen von Lebensmitteln** wie z. B. Fisch und Fleisch
- **Zeit nehmen / Entspannung**

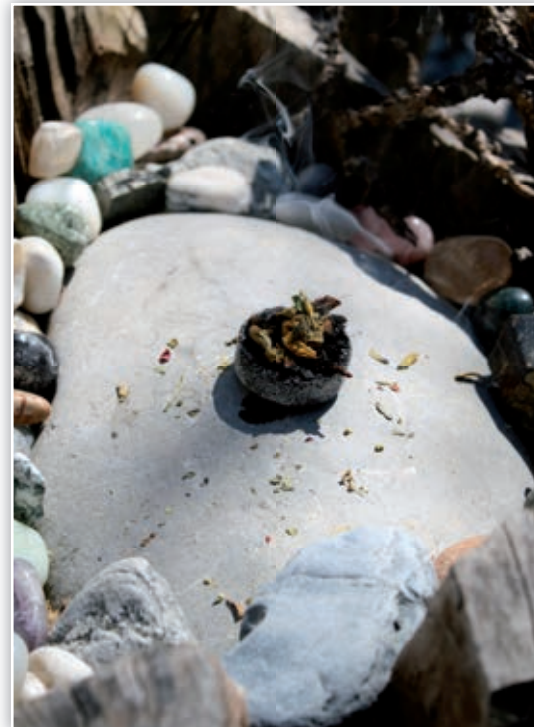
In Tirol räucherten unsere Ahnen zu den keltischen Jahreskreisfesten und später zu den christlichen Festtagen sowie zu allen wichtigen Gelegenheiten des Lebens, wie Tod oder Geburt. Mit dem Rauch von Beifuß, Meisterwurz und Alantwurzel wurden Hof und Stall desinfiziert. Auch Paracelsus empfahl das Räuchern zur Desinfektion bei Krankheiten und Seuchen wie der Pest.

Um sich vor Unwettern zu schützen, wurde der Kräuterbuschen verräuchert, welcher aus regional unterschiedlichen Kräutern zu Maria Himmelfahrt gebunden wurde. Druiden und Schamanen nutzten und nutzen die Wirkung bestimmter Pflanzen zur Weissagung.

### Räuchern mit der Kohle

Zum Räuchern mit der Kohle werden folgende Zutaten benötigt:

- Feuerfestes Räuchergefäß
- Räucherkohle od. Kohle aus dem Ofen
- Zange zum Halten der Kohle



*Traditionell wurden die Pflanzen auf heißen Kohlen verräuchert*

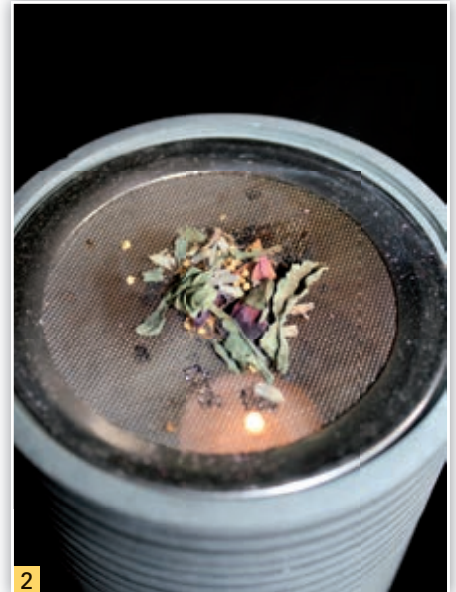
- Sand (kein Vogelsand! Dieser ist chemisch behandelt!)
- eventuell Mörser zum Zerkleinern des Räucherwerkes
- Feder zum Verteilen des Rauches
- Räucherwerk von guter Qualität

### Und so geht das:

Ca.  $\frac{1}{2}$  bis  $\frac{3}{4}$  der Schale wird mit Sand gefüllt, dieser dient als Isolator gegen die Hitze. Die Räucherkohle mit der Zange über eine Kerze halten, so dass die Kante der Kohle in die Flamme zeigt. Die Kohle ist selbstzündend: Nach ein paar Sekunden sieht man einen Glutfunken durch die Kohle laufen. Die Räucherkohle auf den Sand legen und gut Durchglühen lassen. Erst wenn die Kohle außen gräulich oder weiß ist, das Räucherwerk darauf legen. Dazu das ausgewählte Räucherwerk etwas zerkleinern, Harze sollten gemörsert sein. Eine Messerspitze des Räucherwerks auf die glühende Kohle legen und mit der Feder den Rauch fächeln, damit er sich im Raum gut verteilt. Die Kohle wird sehr heiß, ca. 800 Grad. Das führt dazu, dass das Räucherwerk schnell ver-

*Die Auswahl an heimischem Räucherwerk ist groß*





1 Sich Zeit nehmen und zur Ruhe kommen beim Räuchern 2 Räuchern mit dem Stövchen

brennt. Das verkohlte Räucherwerk immer gleich von der Kohle entfernen. Je nach gewünschter Duft- und Rauchstärke weiteres Räucherwerk auflegen.

Das Räuchern mit der Kohle empfiehlt sich für das energetische Reinigen von Räumen und Aura und für Rituale und Zeremonien. Eine Hausräucherung sollte immer mit der Kohle durchgeführt werden. Der Rauch neutralisiert schwere, dichte Energien.

### Räuchern auf dem Drahtsieb

Das Stövchen ist eine moderne Errungenschaft des Räucherns. Hier wird die Räucherware auf ein Edelstahl-sieb aufgelegt. Durch die Hitze des darunter befindlichen Teelichtes lösen sich sanft die Duftstoffe aus dem Räucherwerk. Dabei entsteht kein oder kaum Rauch, im Gegensatz zum Räuchern auf der Kohle. Diese Methode ist sehr unkompliziert in der Anwendung. Je nach Räucherwerk kann das entspannend, belebend, zentrierend usw. wirken.

### Hausräucherung

Das Ausräuchern von Wohnräumen und Ställen gehört zur ältesten Anwendung des Räucherns von Kräutern und Harzen auf einer Kohle. In ländlichen Gebieten wird diese uralte Praxis noch heute vor allem an Weihnachten angewendet, um Krankheiten zu bannen und gleichzeitig Haus und Stall zu schützen und

zu segnen. Heute erinnern sich immer mehr Menschen wieder an diese Tradition.

Gehen Sie das Haus von unten nach oben ab und räuchern Sie in jedem Raum gut (auch in den Ecken), umkreisen Sie das Haus im Uhrzeigersinn. Verwenden Sie hierzu eine reinigende Räuchermischung. Lüften Sie dann die Räume gut durch und wiederholen Sie den Vorgang mit einer harmonisierenden Räuchermischung.

### Heimisches Räucherwerk

Eine kleine Auswahl an besonderem Tiroler Räucherwerk:

#### Alantwurzel

vertreibt melancholische Gedanken, seelische Tieflagen und Traurigkeit, Depression, hervorragend an trüben Wintertagen und gegen Niedergeschlagenheit

#### Beifuß

desinfizierend, hat eine stark reinigende Kraft, bei Schutzräucherungen gegen böse Blicke, wirkt segnend und traumfördernd

#### Fichtenharz

heilt alte Wunden, bringt Licht und heilt, klärt den Geist, reinigt und schützt

#### Meisterwurz

stark reinigend und desinfizierend, soll Hexen vertreiben, wurde in Tirol zu diesem Zweck traditionell in der Weihnachtszeit verräuchert und ist sehr gut gegen Schnupfen

#### Mistel

Umwandlung negativer Schwingungen in lichte, höhere Schwingungen, Schutz vor Blitzschlag, Krankheit, Unglück, Feuer und Mißgeschicken, soll wunderbare Träume bewirken

#### Salbei

klärt und reinigt die Atmosphäre in Gebäuden, reinigt die Aura, fördert Konzentration und Zentrierung, fördert geistige Klarheit

Wichtiger Hinweis: Allfällige in diesem Artikel angeführte mögliche Heilwirkungen von Pflanzen und Zubereitungen sind nicht als ärztliche Handlungsempfehlungen zu verstehen und ersetzen keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker.

■ Mag.<sup>a</sup> phil. Michaela Thöni-Kohler  
Kräuterexpertin, Zammer Kräuterhex  
[www.zammerkraeuterhex.com](http://www.zammerkraeuterhex.com)

## Rezept

### Räuchermischungen

#### Reinigungs-Mischung

Beifuß, Salbei, Minze, Rosmarin, Thymian, Fichtenharz

#### Harmonie-Mischung

Rosmarin, Rosenblüten, Zimt, Mädesüß

Alle Pflanzen werden zuvor getrocknet und dann zusammen gemischt! Achten Sie darauf, qualitativ hochwertiges Räucherwerk zu verwenden!