

NaturGföh 

*Wichtige Räucherpflanzen aus
unserem Kulturkreis -
14 Räucherpflanzen im Detail*





Übersicht

- Alant (*Inula helenium*, Wurzeln und Blätter)
- Beifuß (*Artemisia vulgaris*, Kraut)
- Eisenkraut (*Verbena officinalis*, Kraut)
- Echter Engelwurz (*Angelica archangelica*, Wurzel, Samen, Blüte)
- Fichte (*Picea abies*, Zapfen, Nadeln und Harz)
- Kiefer (*Pinus sylvestris*, Zapfen, Nadeln, Rinde und Harz)
- Schwarzer Holunder (*Sambucus nigra*, Blüte, Mark)
- Lärche (*Larix decidua*, Zapfen, Nadeln und Harz)
- Lavendel (*Lavendula angustifolia*, Blüten)
- Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*, Blätter und Triebspitzen)
- Salbei (*Salvia officinalis*, Blätter)
- Schafgabe (*Achillea millefolium*, blühendes Kraut)
- Tanne (*Abies alba*, Zapfen, Nadeln und Harz)
- Thymian (*Thymus vulgaris*, Blätter)





Räuchern mit heimischen Kräutern

In der PDF "Wichtige Räucherpflanzen aus unserem Kulturkreis- 14 Räucherpflanzen im Detail" werden 14 der wichtigsten Räucherpflanzen von unserem Kulturkreis vorgestellt und näher auf die Pflanze sowie deren Wirkung eingegangen. Da jeder Mensch unterschiedlich auf eine Räucherung reagiert, werden die typischen Wirkungen der Pflanze auf den Menschen erläutert, diese Wirkung lässt sich aber nicht verallgemeinern, da eben jeder Mensch anders auf Düfte reagiert.

Alant (Inula helenium, Wurzeln und Blätter)

Diese Pflanze wird auch Edelharzwurz oder Weihrauchwurz genannt und wurde durch keltische Einwanderer von Asien zu uns nach Europa gebracht. Die Wurzel des Alant riecht wenn sie frisch ist nach Bananen, getrocknet hat sie den Duft nach Weihrauch und Veilchen, sowie einen kampferartigen Beigeschmack, deshalb wird sie auch „Alantkampfer“ genannt.

Alant ist typisch für seine erweiternde sowie entspannende Wirkung auf die Bronchien. Dies ermöglicht es uns wieder gut durchatmen zu können. Des Weiteren wird Alant als Schutzräucherung verwendet und ist in der dunklen Jahreszeit besonders wohltuend. Die Wurzel hat bei der Räucherung die Kraft das Licht in die dunkle Jahreszeit zu bringen, da in ihr die Kraft der Sonne gespeichert ist. Der Duft harmonisiert und entspannt.





Beifuß (Artemisia vulgaris, Kraut)

Der Beifuß gilt als die heilige, mächtige Heil-, Schutz sowie Zauberpflanze, sie steht für die „Mutter aller Pflanzen“, sie ist eine der wichtigsten Räucherpflanzen und das in fast allen Kulturen. Die Wirkung liegt vor allem im Bereich der Schutz und Reinigungsräucherung. Beifuß hat die Kraft den Menschen zu unterstützen, er begleitet Veränderungen im Leben und ist eine wichtige Pflanze, wenn man sich im Prozess der Trauer und des Loslassens befindet.

Er fördert die eigene Intuition und hilft uns, dass wir unsere Träume bewusst wahrnehmen. Der Beifuß ist auch für die Frauen ein sehr nützliches Kraut, deshalb zählt es auch zu den wichtigsten Frauenkräuter, um zum Beispiel die Fruchtbarkeit zu fördern oder die Geburt einzuleiten.

Eisenkraut (Verbena officinalis, Kraut)

Auch bekannt als „Druidenkraut“, „Traum- oder Diplomatenkraut“. Das Eisenkraut war denn Druiden sowie den Isispriesterinnen heilig. Geräuchert fördert es die diplomatischen Fähigkeiten und den Mut, vor allem dort wo Geschäfte gemacht werden, wo viel gestritten wird oder Prüfungen durchgeführt werden. Eisenkraut besitzt keinen typischen Eigengeruch, deshalb wird es meistens mit duftenden Kräutern wie Rose oder mit Gewürzen wie Zimt verräuchert.





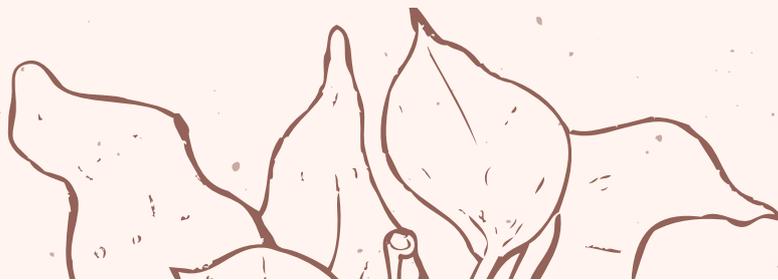
Echter Engelwurz (Angelica archangelica, Wurzel, Samen, Blüte)

Dies ist eine Pflanze die nur so vor Licht strotzt. Der Echte Engelwurz wird auch Angelika genannt, wirkt keimhemmend sowie Bronchienerweiternd. Sie hat die Fähigkeit unseren Geist zu stärken und zu zentrieren sowie dunkle Schatten die sich über unserer Seele befinden zu vertreiben. Ihr Basalmischer Rauch umhüllt uns mit einem Schutzmantel, an dem nichts Böses vorbei kann. Angelika wird vor allem in Schutzräucherungen eingesetzt und hat auch die Kraft alte Häuser zu reinigen.

Fichte (Picea abies, Zapfen, Nadeln und Harz)

Das Fichtenharz wird auch als „Waldweihrauch“ bezeichnet. Im Gegensatz zum Tannenharz ist das Fichtenharz kräftiger, duftet aber weniger zitronig-blumig als das Tannenharz. Das Fichtenharz wird eingesetzt bei Erkrankungen der Atemwege, es wirkt keimtötend und schleimlösend, es erweitert die Bronchien und erleichtert somit auch die Atmung. Außerdem hat die Fichte auf unseren Körper eine reinigende Wirkung.

Diese Wirkung hilft uns, uns abzuschirmen und zur Ruhe zu kommen. Vor allem in der hektischen Vorweihnachtszeit ein Traum. Um das Harz verräuchern zu können, sollte es ca. 1 Jahr lang gut getrocknet werden, damit es gut verglimmt und nicht qualmt.





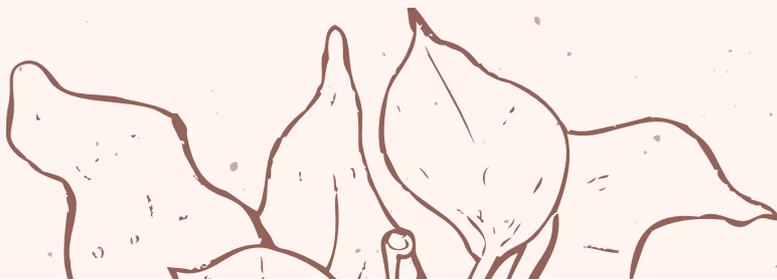
Kiefer (Pinus sylvestris, Zapfen, Nadeln, Rinde und Harz)

Auch in der Borke der Kiefer befindet sich das rote wohlriechende Harz, dieses kann ebenso getrocknet, geraspelt oder gemahlen zum Räuchern verwendet werden. Wird die Kiefer verräuchert, so hat dies eine stärkende Wirkung auf die Lunge, des Weiteren fördert es die Durchblutung und wirkt belebend auf den Körper. Es hat auch den Ruf, dass es die Gebärmutter wieder in Ordnung bringen kann.

Strassmann beschreibt die Wirkung so: „Milde, angenehme Wärme strömt in unseren Körper und wandelt Trauer in Freude. Die Seele erwacht allmählich aus dem Schlaf und findet wieder den Weg zum Körper, um durch ihn Freude und Zuversicht auszudrücken.“

Schwarzer Holunder (Sambucus nigra, Blüte, Mark)

Der Holunder war schon früher für seine vielseitige Wirkung bekannt und wurde auch die große „Hausapotheke“ genannt, deshalb durfte vor dem Haus, beziehungsweise Hof kein Holunderbraum fehlen. Werden die Blüten des Holunders verräuchert, so werden die Sekrete des Körpers zum Fließen gebracht, der Holunder hat eine schweißtreibende sowie abwehrstärkende Wirkung. Der Holunder wird auch als sogenannter „Schwellenbaum“ bezeichnet, das bedeutet, er begleitet das Leben und den Tod, Geburt und Hochzeit und schützt uns in allen Lebenslagen.



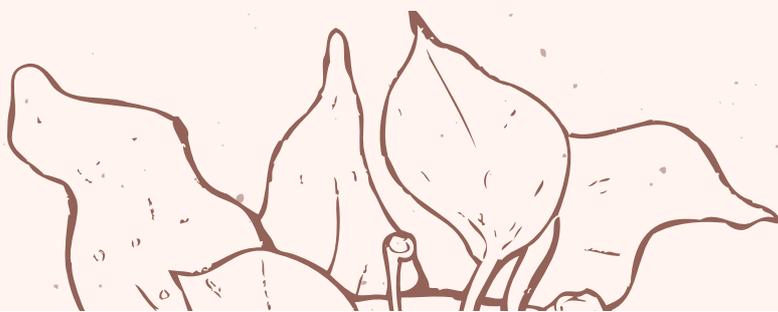


Lärche (Larix decidua, Zapfen, Nadeln und Harz)

Die Lärche steht für den Neubeginn und trägt die Kräfte der Erneuerung in sich. Sie hat auch die Kraft die Achtsamkeit zu schärfen. Man erzählt sich auch, dass sich in den Lärchen das Zuhause von Waldfeen und Elfen befindet. Es heißt, dass diese Wesen immer im richtigen Moment erscheinen, denn Räucherungen mit Lärchenharz lassen Vorhaben gelingen und rufen das Glück herbei. Des Weiteren stärkt Lärchenharz die Atemwege, entkrampft, löst festsitzenden Schleim und hat eine wärmende, entkrampfende Wirkung. Es wird gerne bei Husten- und Nebenhöhlenerkrankungen verwendet.

Lavendel (Lavendula angustifolia, Blüten)

Der Lavendel steht für die Reinheit. Wird Lavendel verräuchert so vertreibt sein zarter Duft jegliche dicke Luft sowie Gestank in der Wohnung. Auch bei der Bekämpfung von Krankheitserregern wird die Räucherung mit Lavendel erfolgreich eingesetzt. Früher wurde vor allem in Zeiten der Seuche mit Lavendel geräuchert, da dieser eine stark desinfizierende Wirkung aufweist und (Krankheits-) Geister vertreibt. Lavendel hat außerdem eine beruhigende und harmonisierende Wirkung. Er stärkt die Nerven und schenkt uns ein Stück Ruhe und Gelassenheit.





Rosmarin (Rosmarinus officinalis, Blätter und Triebspitzen)

Rosmarin steht für das Belebende und Vitalisierende. Es ist eine Pflanze, die den Menschen von der Geburt an begleitet, bis hin zum Tod. Es hat einen positiven Einfluss auf die Herztätigkeit sowie auf die Liebe. Bei Liebesräucherungen wirkt Rosmarin anregend und öffnet das Herz. Verspüren wir tiefe Trauer oder befinden uns in einer Depression, so sagt man Rosmarin nach, dass er hilft zu trauern und uns zurück ins Leben führt.

Salbei (Salvia officinalis, Blätter)

Typisch ist es, dass man die Blätter vom Salbei einfach zu einem Knäuel zusammenbindet und anzündet. Der Geruch des Salbeis macht die Atemwege frei und das Durchatmen fällt wieder leichter, Salbei desinfiziert und zentriert. Er hat auch die Fähigkeit unseren Körper zu erden, er lässt uns zur Ruhe kommen und schenkt uns einen klaren Geist. Salbei hat eine reinigende sowie erfrischende Wirkung auf die Luft.

Schafgabe (Achillea millefolium, blühendes Kraut)

Die Schafgabe zählt zu einer der ältesten Heilpflanzen und wird auch als eine „Orakelpflanze“ bezeichnet. Die Schafgabe begleitet den Schlaf sowie die Träume. Es heißt, dass das Verräuchern der Schafgabe vor dem Schlafengehen Wahrträume und Intuition fördert. Des Weiteren hat das Verräuchern der Schafgabe eine desinfizierende, entspannende und zentrierende Wirkung. Es fördert die innere Einsicht sowie die Weisheit.





Tanne (Abies alba, Zapfen, Nadeln und Harz)

Das Harz der Tanne hat mit seinem balsamisch- würzigen Duft eine reinigende Wirkung auf die Luft, es stärkt die Nerven und ist auch bekannt dafür, dass uns der Geruch kräftig und mutig werden lässt. Der Duft des Tannenharzes lässt erkrankte Menschen schneller wieder gesund werden, vor allem Menschen die an einer Grippe, Erkältung oder an Rheuma leiden. Es können auch die getrockneten Nadeln verräuchert werden, dies ist vor allem zu Weihnachten der Fall.

Thymian (Thymus vulgaris, Blätter)

Schon die Bedeutung des Namens lässt darauf schließen, dass der Thymian schon seit je her ein typisches Kraut zur Räucherung ist. „thyein“ bedeutet räuchern, ein Rauchopfer darbringen“, „thymaterion“ bedeutet Räuchergefäß. Eine Räucherung mit Thymian wirkt keimhemmend und hat die Fähigkeit, die Atemwege von sogenannten „Krankheitsdämonen“ zu befreien. Des Weiteren hat er eine entkrampfende Wirkung, stärkt die Abwehrkräfte und lässt uns wieder Durchatmen. Er verhilft uns mutiger im Leben zu werden und dass wir das tun was getan werden muss.



Wenn du mehr über die Kunst des Räucherns erfahren möchtest, dann ist mein Online Workshop "Faszination Räuchern" genau das Richtige für dich.

Im Workshop "Faszination Räuchern" tauchen wir gemeinsam in die Fantastische Welt der Räucherkunst ein.:

Ich zeige dir:

- Wie du mit Kräutern und Harzen wirkungsvoll für dein körperliches und geistiges Wohlbefinden räucherst.
 - Wie du dir deine eigenen individuellen Räuchermischungen zusammenstellst.
 - Welche Utensilien du für die Räucherung benötigst sowie die verschiedenen Möglichkeiten des Räucherns.
- Wie du dir Räucherkegel bzw. Räucherstäbchen ganz einfach selber machen kannst.
 - Räucherungen für verschiedene Anliegen.
 - Die wichtigsten Räucherpflanzen aus unserem Kulturkreis.

Inklusive: ausführliches Skriptum, Workshopbox per Post sowie eine Aufzeichnung vom Workshop.

Genauere Details sowie mein Anmeldeformular findest du auf meiner Homepage!



Homepage: www.naturgfueh.at

Deine Carina
von NaturGfueh



Carina Schiendorfer / Dipl. Kräuterpädagogin, Bachblütenberaterin & Aromapraktikerin

Au 158

4822 Bad Goisern

Email: carina@naturgfueh.at

Tel.: 0664/4295922

Homepage: www.naturgfueh.at