

# DER ATEM DER GÖTTER

Seminarunterlagen für Räucherseminare



Lassi Günther  
Vulgo Merlin  
3973 Karlstift/Stadlberg 14  
[www.numinosa.at](http://www.numinosa.at)

# WAS IST RÄUCHERN?

Für das Räuchern lässt man aromatische Substanzen, hauptsächlich aus dem Pflanzenreich, über einer Wärmequelle wie Räucherkohle oder Kerzen langsam verglühen. Der aufsteigende Rauch trägt die Duftstoffe nach oben und verteilt sie im Raum. Er enthält die psychoaktiven, körperlich und seelisch wirksamen Inhaltsstoffe des Räucherwerks, die über die Nase oder den Mund aufgenommen werden. In allen alten Kulturen wurde geräuchert, und es war ein reichhaltiges und differenziertes Wissen darüber vorhanden. Beim Räuchern sind unsere Sinne auf verschiedene Weise angesprochen: Die Nase riecht, nimmt auf, und mit den Augen können wir den feinen Rauch verfolgen und beobachten, wie er in unendlichen Formen Figuren, Spiralen, Bänder usw. bildet. Wir erleben die Wärme des Feuers beim Anzünden der Kerze und sehen, wenn die rote Glut langsam das Schwarz der Kohle verschwinden lässt. Sand, Tongefäß, Räucherwaren und Mörser sprechen den Tastsinn an.

Das Räuchern ist eine unmittelbare Erfahrung. Es ist die Wurzel der heutigen Aromatherapie und Parfümerie. Das Wort Parfüm leitet sich ab vom lateinischen per fumum, durch den Rauch. Für unsere Vorfahren war das Räuchern aus dem Leben nicht wegzudenken und fehlte in keiner Kultur. Es diente sakralen Zwecken als Botschaft an den Himmel, um Gebete zu den Göttern zu tragen. Auch heute noch vertieft und unterstützt es Gebet und Meditation bei allen großen Religionen. Man desinfizierte mit Hilfe des Räucherns die Wohnräume, Krankenlager und Ställe, heilte Kranke, parfümierte Kleider und Gegenstände, beeinflusste das Träumen, erzeugte Visionen, verbesserte die Akustik in Kirchen und vieles mehr. In unserer Zeit wissen nur noch wenige Näheres über das Räuchern. Vielen kommt bei der Frage danach eine unangenehme Erinnerung aus ihrer Kindheit in den Sinn. Mit dem Weihrauchduft zum Beispiel sind Erinnerungen und Gefühle, wie erzwungene und unbequeme Kirchgänge in der Jugendzeit, verbunden. Dass es viele verschiedene Räucherstoffe mit jeweils anderen Wirkungen gibt, ist nur noch wenigen bekannt. Die alte Kunst des Räucherns wäre beinahe verloren gegangen.

In diesem Seminar wollen wir uns wieder dieser archaischen Möglichkeit annähern, unsere Intuition und Inspiration (inspirare leitet sich von einatmen ab) wieder zu entdecken.

## Räucherstoffe werden verwendet

- um den Göttern und Göttinnen zu opfern,
- den Kontakt zu Gottheiten, Dämonen und Geistwesen herzustellen,
- den Kontakt zu den Ahnen zu knüpfen,
- die Toten in die jenseitige Welt zu geleiten negative Geistwesen zu vertreiben bzw. fernzuhalten,
- die Meditation zu unterstützen,
- Gebete zu intensivieren,
- Liebe und Liebesbereitschaft zu erzeugen,
- die eigene Attraktivität zu steigern,
- Gäste zu ehren
- magische Rituale auszuführen
- die hygienischen Verhältnisse zu verbessern,
- Räume zu desinfizieren
- Krankheiten zu heilen bzw. deren Ursachen zu vertreiben
- gezielte spirituelle Erfahrungen zu machen,
- Bewusstseins verändernd zu wirken,
- Stimmung verändernd zu wirken
- bestimmte medizinische oder therapeutische Wirkungen zu erzielen,
- zur Desinfektion oder als Insektizid zu dienen,
- Nahrungsmittel zu konservieren,
- Kleidung und Haar zu parfümieren,
- zur Freude und zur Unterhaltung beizutragen,
- Hexen und Opfer zu vergiften.

## WIRKUNG VON RÄUCHERSTOFFEN

Die Wirkung von Räucherstoffen auf den Menschen stellt ein komplexes Geschehen von psychologischen, pharmakologischen und hormonellen Wirkungen dar. Leider liegen hierzu praktisch keine Forschungen vor. Hinzu kommen solche Faktoren wie Hyperventilation, eventuell beim tiefen inhalieren, Sauerstoffmangel, sowie die Kombination mit weiteren Verfahren wie, Rasseln, Trommeln, Körperhaltungen, Gesänge.

Heutzutage gibt es verschiedene Erklärungsmodelle für die psychoaktive Wirkung von Rauch und Duft auf das menschliche Bewusstsein. Im Wesentlichen sind drei Wirkmechanismen zutreffend.

1. Der Rauch enthält Substanzen, die pharmakologisch wirken, d.h. sich bei entsprechender Dosis im Nervensystem wie Neurotransmitter oder deren Antagonisten verhalten.

2. Der Rauch entfaltet einen charakteristischen der eine nachweislich starke psychologische Wirkung hat.

Fast alle als Räucherstoff verwendeten Pflanzen enthalten ätherische Öle, die für den Geruch verantwortlich sind. Es wurde experimentell festgestellt, dass bestimmte Gerüche zu starken Veränderungen in der Gehirnaktivität und damit zu eindeutigen Bewusstseinsveränderungen führen. Man vermutet, dass es sich bei den Duftstoffen in erster Linie um eine psychotogene Wirkung handelt, d. h., der Stoff wirkt nicht pharmakologisch, sondern die Duftempfindung verändert den

Bewusstseinszustand (Duft ist ein Gedächtniskatalysator! Unser Geruchsinn ist der älteste auf das Stammhirn wirksame. Beispiel: „Das Parfüm“). Bei einigen ätherischen Ölen ist neben der psychologischen Wirkung auch ein pharmakologisches Geschehen beobachtet worden. Werden hohe Dosierungen von gewissen ätherischen Ölen inhaliert oder innerlich eingenommen, kann es zu starken Rauschzuständen kommen, die neurophysiologisch noch nicht so recht erklärbar sind. Die stärksten psychoaktiven Wirkungen durch ätherische Öle wurden bei folgenden Räucherstoffen beobachtet: Aloeholz, Beifuß (*Artemisia* spp.), Kampfer, Koriander, Lorbeer, Nelke; (*Syzygium aromaticum*), Rosmarin (*Rosmarinus officinalis* L.), Sadebaum (*Junipehina*L.), Sage (*Artemisia* spp.), Salbei (*Salvia* spp.) Sumpfporst (*Ledum palustre*), Wacholder, (*Juniperus* spp.), Zeder (*Cedrus* spp.) und Zimt (*Cinnamomum verum*). Zudem haben manche Bestandteile der ätherischen Öle stark berauschende Wirkungen: Thujon, Eugenol, Myristicin, Safrol edol.

3. Der Rauch enthält Pheromone, die Botschaften an das Sensorium des Gehirns übermitteln. Pheromone sind recht einfache chemische Verbindungen, die im Pflanzen- und Tierreich als Sexuallockstoffe fungieren und mit den Hormonen verwandt sind. Sie sind oft geruchlos, dafür aber umso wirksamer. Tiere und Menschen senden diese Pheromone aus, wenn sie sich paaren wollen. Wenn der potentielle Partner Molekül einatmet, löst es in ihm oder ihr den unwiderstehlichen Wunsch nach sexueller Vereinigung aus. Oft sind die männlichen und weiblichen Hormone chemisch unterschiedlich aufgebaut. Duftstoffe, die im Pilz-, Pflanzen- und Tierreich gebildet werden, sind chemisch oder strukturell den menschlichen Pheromonen analog oder mit ihnen identisch (z.B. der Duftstoff der Trüffel, *Tuber* spp.). Werden sie bei einer Räucherung eingeatmet, können sie das Liebesbegehren des Menschen entfachen. Das Vanillin, der Hauptduftstoff der Vanille (*Vanilla planifolia*), der in vielen Balsamen und Harzen vorkommt, ist mit den menschlichen Pheromonen sehr nahe verwandt und scheint auch dementsprechend auf das Nervensystem zu wirken. Praktisch alle Pflanzen, die Vanillin enthalten, gelten traditionell als Aphrodisiaka. Folgende Räucherstoffe enthalten oder bilden Substanzen, die den Pheromonen analog sind: Ambra, Benzoe, Copal, Ladanum (das Exsudat von *Cistus ladaniferus* L. [syn. *Cistus ladanifer*], Lack-Zistrose, und *Cistus creticus* L., Graubehaarte Zistrose [syn. *Cistus incanus* L. ssp. *creticus*] = Kretische Zistrose), Nelke, Perubalsam [*Myroxylon balsamum*] Weißes Sandelholz, Styrax (*Liquidambar* spp.) und Tolubalsam [*Myroxylon balsamum*]

Die Wirkung der einzelnen Pflanzen wird ebenda besprochen.

# RÄUCHERN

Der 21. Dezember ist der Tag der Wintersonnenwende, der Tag mit der längsten Nacht. In dieser Nacht wird das Licht wieder geboren, dachten unsere Vorfahren und sie feierten die Geburt der wiederkehrenden Sonne beim Julfest. Zwölf Nächte dauerte das Wintersonnwendfest. In diesen Raunächten wurden Haus und Stall mit duftenden, Heil bringenden Kräutern ausgeräuchert. Der Hausvater ging mit einer Pfanne, in der Glut aus dem Ofen und darüber Räucherwerk wie Wacholder, Beifuss oder Engelwurz verteilt war. Geräuchert wurde auch mit immergrünen Pflanzen wie Fichte oder Tanne, da man davon ausging, dass der Vegetationsgott sich in diese Gehölze zurückgezogen hätte und man ihn mit dem Feuer wieder zum Leben erwecken könne. Außerdem verwendete man Pflanzen mit Sonnensignatur wie Johanniskraut oder Alant, zu Ehren der wieder geborenen Sonne, allesamt Pflanzen, denen in der Kräuterheilkunde eine antidepressive Wirkung zugesprochen wurde.

## Himmlische Rauchzeichen

Lange bevor es dem Menschen möglich war, duftende Essenzen durch Destillation zu gewinnen, setzte man den Duft von Hölzern, Harzen und Kräutern per fumam (lat. durch den Rauch) frei, indem man sie auf heiße Steine oder in die Glut legte. Die Menschen beobachteten, dass der Rauch nach oben stieg, dorthin, wo ihrer Meinung nach die Götter wohnen. So wurde Räuchern für sie eine Art „duftende Post“, mit der man seine Wünsche und Gebete zum Himmel schickte. Lange Zeit war das Räuchern den Volksbräuchen vorbehalten. Auf den Wegen esoterischer Heilsbotschaften und der Wellness Welle ist das Räuchern in letzter Zeit neu entdeckt worden.

## Die Wirkung des Räucherns

Mit Sicherheit erkannten schon unsere Altvorden die gesundheitsfördernde Wirkung des Räucherns. Der Duft des Rauches wirkt auf die Zentren unseres Gehirns, die für unser seelisches Wohlbefinden verantwortlich sind. Beim Räuchern werden ebenso Duftmoleküle freigesetzt wie bei der Verwendung von ätherischen Ölen in der Duftlampe. Die Duftmoleküle lösen in der Riechschleimhaut, dem eigentlichen Geruchsorgan im obersten Teil unserer Nase einen chemischen Reiz aus, der über den Riechkolben an das Limbische System weitergeleitet wird. Dieses ist sozusagen das Zentrum im Gehirn, das unsere Gefühle steuert. Rauchdüfte können daher entspannend oder anregend, Meditation vertiefend oder Verstand schärfend wirken. Räuchern kann atmosphärisch reinigen, wenn im wahrsten Sinn des Wortes „dicke Luft“ herrscht, sei es durch Streit, Spannung oder Stress. Andererseits sorgen die im Rauch gelösten Wirkstoffe für saubere Luft, da sie meist auch desinfizierend wirken.

## Wie kann man räuchern

Glücklich schätzen kann sich jeder, der noch eine Feuerquelle, sei es ein offener Kamin oder ein Holzofen, in seiner Wohnung hat. Man gibt auf eine gusseiserne Pfanne ein bisschen von der Glut und verteilt darauf das Räucherwerk. Doch im einschlägigen Handel gibt es sämtliche Utensilien, die man zum Räuchern braucht: Räucherschalen aus Ton oder Metall werden mit Quarzsand gefüllt, auf den man die Räucherkohle legt. Darunter versteht man Rollen aus gepresstem Kohlenstaub, die in Salpeter getränkt sind, damit sie sich besser entzünden. Wenn sie zu glühen beginnen, legt man das Räucherwerk, gleich ob Weihrauch oder Kräuter darauf.

# Heimisches Räucherwerk

Alant (*Inula helenium*) Wurzel;

reinigend, keimtötend, bringt Sonne ins Herz. Der echte Alant gehört zur Familie der Korbblütler, Asteraceae. Er ist ursprünglich in Zentralasien heimisch, kommt in Europa, Japan und Nordamerika nur verwildert vor. Man nimmt an, dass der Alant von keltischen Einwanderern aus Zentralasien nach Europa gebracht wurde. Der Alant kann leicht im Garten gezogen werden. Er ist eine stattliche, weit ausladende Pflanze, die bis zu 130 Zentimeter hoch wird. Über dem kräftigen Stängel und den großen Blättern thronen von Juni bis Oktober sonnenförmige, goldgelbe Blüten. Volkstümliche, heute noch gebräuchliche Namen wie Edelherzwurm, Sonnenwurz, Weihrauchwurz, Odinskopf, Elfenampfer verraten noch etwas über ihre besondere Heilkraft und frühere rituelle Verwendung. Der Alant gehört zu den ältesten Heilpflanzen in Europa, schon die Hippokratiker nannten ihn Helenion. Im Mittelalter spielte die Alantwurzel eine große Rolle, sie wurde zum berühmten Alantwein verarbeitet, der als Allheilmittel galt. Alant wirkt stark schleimlösend, Lungen stärkend, Hustenreiz mildernd und wurde deshalb als Heilmittel bei Bronchialkatarrh und Lungentuberkulose verwendet. Alant kann, wie wissenschaftliche Untersuchungen zeigten, Tuberkulosebazillen im Wachstum hemmen dies noch in einer Verdünnung von 1:10000. Die frische Wurzel, das Rhizom, riecht nach Banane und wurde früher roh oder gekocht gegessen. Sie ist außen braunrot und hat innen ein helles Mark. Getrocknet verströmt sie einen feinen, weihrauchartigen und schwach veilchenähnlichen, kampferigen Duft, was auf den Gehalt an Alant Kampfer zurückzuführen ist. Als Räucherpflanze wurde die Wurzel schon in alter Zeit verwendet. Sie war Bestandteil von Mischungen für das Sonnwendfest zur Zeit der Sommersonnenwende. Sie symbolisierte die Kraft der Sonne. Es heißt, durch das Räuchern gebe die Pflanze diese angesammelte Kraft frei. Alant eignet sich daher besonders auch zum Räuchern zur Zeit der Dunkelheit, wenn die Sonne nicht scheint. Alant Räucherungen helfen in Zeiten von Traurigkeit, Melancholie und depressiver Stimmung oder wenn man sich einfach etwas niedergeschlagen fühlt. Der Duft beruhigt bei Anspannung und Stress. Die Alant Wurzel wurde früher vom fahrenden Volk verwendet, um die Zugpferde zu beruhigen, denn man wusste von der harmonisierenden Kraft der Wurzel. Von Alant Räucherungen heißt es, dass sie ein wirksames Schutzmittel gegen Krankheit erzeugende Einflüsse sind und innere Kräfte aktivieren. In den alten Schriften wird Alant als Dämonenabwehrendes Zaubermittel beschrieben. Wir würden diese Dämonen heute als Depressionen, Trübsinn oder Krankheit bezeichnen. Alant schafft eine Atmosphäre des Beschützt seins und galt deshalb als Schutzräucherung, die besonders in der dunklen Jahreszeit verwendet wurde.

Angelika (Wurzel)

gehört in jede Schutzräucherung, zur Reinigung alter Häuser. Angelika (*Angelica archangelica*, bzw. *A. officinalis*) aus der Familie der Doldenblütler (Umbelliferae), auch Engelwurz genannt, zählt mit zu den bekannteren Räuchermitteln und wird als starke Schutzpflanze verehrt. In Mitteleuropa wurde sie erst ab dem 14. Jahrhundert bekannt. Der Sage nach wurde sie dem Menschen von einem Engel gezeigt, was sich auch im Namen "Angelus" (Engel) niederschlug und galt als Heilmittel gegen Pest und bösen Zauber. Angelika soll helfen, spirituelle Kräfte zu verstärken und "schwarze" (aggressive) Magie, böse Hexen, Geister und Kobolde abzuwehren. Im späten Mittelalter wurde Angelika gegen diese Dinge verräuchert, und weil es so viele dieser bösen Geister abzuwehren galt, wurde die Pflanze dabei

fast ausgerottet. Angelika wird für Schutzräucherungen, bei Einweihungszeremonien neu bezogener Wohnungen und für Gartenräucherungen im Freien verwendet. Sie gibt Widerstandskraft und Vertrauen in sich selbst. Sie stärkt die eigenen Abwehrkräfte und ist stark erdend. Sie wurde schon vor Hunderten von Jahren zur Abwehr von Krankheiten wie der Pest genutzt. Man verwendet zum Räuchern hauptsächlich die getrockneten Wurzeln dieser Heilpflanze, aber auch die Blätter sind wirksam. Es empfiehlt sich, Angelika zum Räuchern nur sparsam und in Mischungen mit z.B. Beifuß, Damiana, Salbei, Thymian, Lavendel, Erdrauch (*Fumaria officinalis*) u.a. zu verwenden, da der Eigengeruch ziemlich schwer, herb, krautig und heftig ist.

#### Anis (Früchte)

Anis (*Pimpinella anisum*, bzw. *Anisum officinale*) gehört zur Familie der Doldenblütler (*Umbelliferae*) und wird auch süßer oder römischer Fenchel genannt. Anis eignet sich zum Räuchern und verbreitet dabei seinen angenehm, würzig-süßen, typischen Duft. Er wirkt reinigend und leicht aphrodisierend. Anis kann gut in Mischungen mit anderen Gewürzen und süßen Harzen verräuchert werden. Gut mischt er sich mit Sternanis, Kardamom u.a.

#### Arnika (Blüte)

Früher wurde Arnika (*Arnica montana*) bei verschiedenen Ritualräucherungen eingesetzt. Der Bergwohlverleih, wie Arnika auch genannt wird, zählt zu den alten Zauberpflanzen. Die Arnika wird als "Kraftpflanze" beschrieben, die offensichtlich mehr kann als nur Gebrechen zu heilen. Ihre große Heilkraft ist in der Lage, die Wolfskräfte (*Fenris*), die die Lebensenergie der Sonne verfinstern möchten, zu besiegen. Auch beschützt sie den Kornwolf, damit er seine Kraft dem Korn verleihe. Aus diesem Grund wurde Arnika rund um Getreidefelder gepflanzt. Sie ist die Pflanze des Lichtes und der Sonne, damit der Lebensenergie, die sofort und vehement spürbar wird. Je höher die Arnika im Gebirge wächst, umso größer ist ihr Heilungspotential. Zur Zeit des höchsten Sonnenstandes, um die Sommersonnenwende blühend, sammelt und entfaltet sie ihre wärmenden und bewegenden Kräfte. Bei Gewitter wurde getrocknete Arnika angezündet und verräuchert, so schützt sie laut Volksglauben vor Blitzschlag. Da die Blüten beim Räuchern viel Eigenduft verlieren, ist es ratsam, sie mit anderem Räucherwerk zu mischen. Arnika war früher auch Bestandteil von Schnupftabak und wurde zusammen mit Huflattich und Königskerzenblüten als Kräutertabak geraucht. Weil um den Fortbestand und die Weiterexistenz von Arnika gefürchtet werden muss, steht die Pflanze in Deutschland unter Naturschutz und darf nicht gesammelt und gepflückt werden. Lebendpflanzen können heutzutage in Staudengärtnereien erworben werden. Arnika mischt sich zum Räuchern gut mit Wermut, Eisenkraut, Wacholder, Katzenminze, Gifflattich, Poleiminze, Hirtentäschel und Harzen, der Eigenduft ist zart würzig und erinnert an Rettich. Sie ist giftig und daher nicht zum Verzehr geeignet.

#### Augentrost (Kraut)

Augentrost (*Euphrasia officinalis*), auch unter dem Namen Milchdieb, Wegleuchte oder Wiesenwolf bekannt, wird seit dem Mittelalter als Heilpflanze genutzt. Im Mittelalter wurde Augentrost rituell verräuchert, um, wie der Name schon sagt, die Hellsichtigkeit, Weit- und Umsicht zu erlangen. Er wächst auf eher mageren, trockenen Wiesen und Weiden, an Wegrändern und Waldsäumen und ist in Mittel-

und Osteuropa verbreitet. Augentrost lässt sich zum Räuchern gut mit Harzen, Kreuzblume, Kalmus, Veilchen, Schachtelhalm u.a. mischen.

### Bärenklau (Kraut)

Bärenklau (*Heracleum sphondylium*) war im Mittelalter als Heilmittel in Gebrauch. Beim Verbrennen verbreitet Bärenklau einen sehr intensiv riechenden, blumig-frischen Duft. Bärenklau mischt sich zum Räuchern besonders gut mit Salbei, Lavendel, Quendel, Schafgarbe u.a.

### Bärlapp (Kraut)

Bärlapp (*Lycopodium clavatum*), im Volksmund auch Drudenkraut genannt. Um die Geister wohl gesonnen zu stimmen, wurde Bärlapp u.a. mit Steppenraute, Stechapfel, Bilsenkraut und Sassafras verräuchert. So war Bärlapp nicht mehr wegzudenken, denn er wurde bei jedem Zeremoniell und Stammesfest verräuchert und meist als Zaubertee getrunken. Bärlapp wächst in trockenen, lichten Nadelwäldern und auf Heideflächen. Außer weit im Süden ist er fast in ganz Europa und Westasien verbreitet. Bärlapp mischt sich zum Räuchern gut mit Eisenkraut, Gifflattich und den o.g. Kräutern.

Baldrian (*Valeriana officinalis*): Wurzel; vorsichtig dosieren, sonst stinkt es, soll aber das innere Auge stärken und zu wunderbaren Traumerlebnissen führen.

Baldrian (*Valeriana officinalis*) aus der Familie der Baldriangewächse (*Valerianaceae*) wird seit dem Mittelalter sehr geschätzt und bei vielen verschiedenen Gelegenheiten angewendet und verräuchert. Er wird bei nervöser Spannung, krampfhaftem Leiden, Hysterie, Ruhelosigkeit, Schlafstörungen, Migräne, Epilepsie und anderen Nervenleiden, Darmproblemen und zur Schmerzlinderung eingesetzt. In der Volksmedizin ist Baldrian ein bewährtes Mittel gegen Unruhe, Nervenschwäche, Schlaflosigkeit, nervöses Herzklopfen und Augenpflege. Als Tee oder Tinktur eignet er sich zu Behandlung von nervösen Unruhezuständen, Angst- und Spannungszuständen mit Herzklopfen, Magendruck und Schlafproblemen. Untersuchungen bestätigen, dass sich die intellektuellen Fähigkeiten einer Dauerbelastung verbesserten. Baldrian ist ein passendes Mittel gegen Stress, die Hektik und Unruhe des täglichen Lebens. Da Baldrian nicht müde macht, kann er auch bei Prüfungsangst eingesetzt werden. Beim Räuchern wird Baldrian überwiegend bei Geisteraustreibungen verwendet. Er zählt zu den Hexen, Teufel und böse Geister austreibenden Kräutern. In Stall und Zimmer gestreut, soll er Vieh und Mensch vor Verzauberung bewahren und Hexen erkennen lassen. Er gilt seit Urzeiten als Mittel gegen Seuchen und Pest. In der Geschichte des Mittelalters galt Baldrian als aphrodisierende Zaubewurzel, und um gute Freundschaften entstehen zu lassen und zu festigen trank man Baldrianwein. Die nach Moschus riechende Wurzel wird auch in der Kosmetik und zur Parfümherstellung gebraucht. Der Geruch lockt Katzen an und macht sie ganz verrückt und wild. aber auch auf Ratten übt die Pflanze eine ähnliche Anziehungskraft aus. Baldrian wächst an Gräben, Bachufern, feuchten Wiesen aber auch an sonnigen Hängen und Böschungen in fast ganz Europa und auch in Asien. Die 50 bis 100 cm hohe Pflanze besitzt unpaarig gefiederte Blätter und hellrosa bis weiße, in rispigen Trugdolden angeordnete Blüten an schlanken kräftigen Stielen. Diese haben einen zarten, angenehmen Geruch, während der zylinderförmige Wurzelstock, der medizinisch verwendet wird, sehr streng riecht. Hauptinhaltsstoff ist u.a. Baldriansäure. Der Eigenduft beim Räuchern ist sehr extrem und rauchig. Baldrian mischt sich zum Räuchern sehr gut mit Kalmus, Lavendel, Rosmarin und Weihrauch.



## Baumfarn (Wurzel)

Baumfarn (*Polypodium vulgare*), auch Tüpfelfarn genannt. Der Baumfarn fand schon früher Verwendung als Räuchermittel und wurde bei Reinigungsritualen und zur Klärung der Energien eingesetzt. Der frische, waldige und farnige Duft wurde durch Zusatz von Kampfer und Efeu noch unterstützt. Um Insekten und Ungeziefer fernzuhalten wurde diese Mischung bevorzugt in Krankenhäusern verräuchert. Baumfarn mischt sich zum Räuchern gut mit Kiefer, Kampfer, Fichte, Sumpfporst, Rhododendron, Weihrauch, Rosmarin, Salbei u.a.

## Beifuß (*Artemisia vulgaris*): Blühendes Kraut; traditionell für Schutz-, Segens- und Reinigungsräucherungen

Die leicht behaarten Stängeln und derben, eingeschnittenen Blätter geben dem Beifuß (*Artemisia vulgaris*) aus der Pflanzenfamilie der Korbblütler (*Asteraceae*) ein wenig das Aussehen von Unkraut, obwohl er eine berühmte Patin hat. Er gehört zur Gattung der Artemisa-Pflanzen, die Ihren Namen von der legendären Artemis, der Schwester und Gemahlin des griechischen Königs Mausolo erhielten. Der Gemeine Beifuß kommt wild überall in den gemäßigten nördlichen Zonen der Erde vor. Zur Verwendung in der Parfümerie wird er dagegen vor allem in Marokko, Algerien, Frankreich und Jugoslawien kultiviert. Beifuß wurde im Okkultismus den Göttinnen Venus und Frigg zugeordnet und gilt als wichtige magische Pflanze in Europa wie in Asien. Das Räuchern mit Beifuß geht auf germanische und keltische Rituale zurück. Die Pflanze wurde von den Germanen bei der Sommersonnenwende zum Vertreiben der Dämonen des Vorjahres geräuchert. Volkstümliche Namen weisen auf seine einstige kultische und magische Rolle hin: Sonnenwendgürtel, Johanniskraut, Mugwurz, Schutzkraut. Das Kraut hat seit jeher seinen festen Platz im rituellen Gebrauch u.a zur Sonnenwende und im traditionellen Kräuterbüschel. In der nordischen Mythologie ist er dem Donnergott Thor geweiht. Der Teufel fürchtete den Beifuß und böse Geister hatten keine Chance in ein Haus einzudringen. Auch beim Verbrennen ihrer Toten legten die Germanen Beifußbüschel mit auf den Scheiterhaufen der Verstorbenen. In England heißt Beifuß heute noch "Witch herb" (Hexenkraut). In Indien wird er dem Gott Shiva geweiht. Das Kraut wird dort zur Meditation und zum Schutz gegen Dämonen des Wahnsinns verräuchert. Im angelsächsischen Neunkräutersegen steht der Beifuß an erster Stelle. Er wurde für Übertragungszauber verwendet. Ein Gürtel aus Beifußwurzeln geflochten ins Feuer geworfen, sollte die Leiden des Kranken auf das Feuer übertragen. Auch ein am Abend des Sonnenwendfestes getragener Gürtel, der aus Beifuß geflochten ist, hat reinigende und Kraft spendende Wirkung für den kommenden Jahreszyklus. Bevor man das Fest verlässt, wirft man den Gürtel ins Feuer. Dem Beifuß wird eine stark reinigende Kraft zugesprochen. Beifußräucherungen eignen sich deshalb gut für Situationen im Leben, die eine Entscheidung erfordern, die einen Wendepunkt darstellen. Er kann helfen, das Alte zurück- und loszulassen, daher seine rituelle Verwendung zur Sonnenwende. Er verbreitet beim Verbrennen einen stark würzigen, herben Pflanzenduft, der die Fähigkeit zum Hellsehen und Wahrsagen steigern soll. Eine Beifußräucherung hat außerdem eine entspannende wärmende und beruhigende Wirkung. Als Abendräucherung mit anderen Kräutern wirkt Beifuß Schlaf fördernd. Beifuß kann helfen, eigene Heilkräfte zu aktivieren, um sich selbst an Körper und Seele zu heilen. Nach alter Tradition haben Heilerinnen und Heiler ihre Heilkräfte mit Beifußräucherungen gestärkt. In der Johanniskrautnacht geräuchert schützt er den Anwender angeblich im kommenden Jahr. Ebenso soll der Beifuß

Kopfschmerzen vertreiben und die Manneskraft stärken. Neben der Verwendung als Räucherstoff ist er, wie sein kräftigerer Bruder, der Wermut (*Artemisia absinthum*), ein hervorragendes Heilmittel bei Magen und Darmstörungen (er ist ja bekannt als Gewürz zu schwer verdaulichem, fetten Gänsebraten). Durch seine entspannende und beruhigende Wirkung eignet er sich gut für Abendräucherungen. Beifuß wächst zahlreich an Wegrändern, auf Weiden und Schuttplätzen und ist in ganz Europa sowie West- und Nordasien verbreitet. Die anspruchslose Staude aus der Familie der Compositae wird bis zu einem Meter hoch, besitzt einen dunkelbraunrotem aufrechten Stängel und dunkelgrünlich-gräuliche Blätter, die an der Unterseite filzig behaart sind. Die Blätter haben einfach oder doppelt gefiederte Form, die kleinen eiförmigen Blütenköpfchen sind grauweiß und manchmal gelblich-filzig. Sie blühen von August bis September und fallen dann durch ihren aromatisch-würzigen Geruch auf. Die Schamanen Indiens mischen Beifuß zum Räuchern mit Wacholderholz.

#### Beinwell (Wurzel)

Beinwell (*Symphytum officinale*) wird bereits von Dioskurides lobend erwähnt, der ihn als Heilpflanze für Wunden und Knochenbrüche beschreibt. Im Mittelalter wurde Beinwell in Krankenhäusern verräuchert, um Pest und Leprabakterien abzutöten, da er besonders desinfizierende und reinigende Wirkung haben soll. Beinwell mischt sich zum Räuchern gut mit Katzenminze, Klatschmohn, Schlüsselblume, Leberkraut, Herzgespann u.a.

#### Besenginster (Blüte)

Besenginster (*Cytisus scoparius*) ist als Räuchermittel noch nicht so bekannt, aber durchaus angenehm. Seit einigen Jahren werden die getrockneten Blüten in Rauchmischungen verwendet. Er wirkt entspannend und fördert euphorische Gefühle. Die Spanier und Indios verwenden Besenginster oft bei Räucherungen, um Liebesgefühle beim anderen Geschlecht zu erwirken. Die Einwohner Südamerikas rauchten die Blüten in ihren Zigaretten, was für Entspannung sorgte und zu innerem Frieden führte. Auf keinen Fall aber darf Ginster eingenommen werden. Das enthaltene Cytisin ist sehr giftig und führt durch Atemlähmung sehr schnell zum Tod. Für Liebesräucherungen kann Besenginster mit Rose gemischt werden. Der Eigenduft von Ginster ist sehr zart und sinnlich. Besenginster ist nicht zum Verzehr geeignet.

#### Bilsenkraut (Kraut und Samen)

Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*), auch schwarzes Bilsenkraut und schwarzes Todesblumenkraut genannt, ist ein Nachtschattengewächs. Schon in der Antike war seine giftige aber auch Bewusstseins erweiternde Wirkung bekannt. Der Sage nach wurde das Bilsenkraut, sowie die anderen Nachtschattengewächse Alraune, Tollkirsche und Scopolia, bereits von den großen Zauberinnen des griechischen Altertums Hekate, Medea und Circe benutzt. In der Bibel wird das Kraut mit Shikrona bezeichnet. Im alten Persien wurde das Bilsenkraut Bangha genannt und war ein wichtiges religiöses Räuchermittel und Ritualdroge. Durch Räucherungen und Getränke aus Bilsenkraut und Wein gemischt verfielen die Schamanen in einen todesähnlichen Dreitagesschlaf und machten Zeitreisen in die Anderswelt. Die Kelten räucherten "Beleno", dem Orakelgott Belenos zu Ehren. Der Rauch versetzte die Druiden und Barden in die Astralwelt. Im Mittelalter wurde Bilsenkraut in den Badehäusern auf die glühenden Kohlen oder auf den Ofen gestreut, um die erotische Atmosphäre anzuheizen. Bilsenkraut ist oftmals Bestandteil von Hexensalbenrezepten. Bis heute wird es als Räuchermittel gegen Hexen verwendet.

Es wurde auch dem Bier zugesetzt, um eine berauschende Wirkung zu erzielen, was an den vorhandenen Polizeiverordnungen, die genau das verbieten (16. und 17. Jahrhundert) erkennbar ist. Die Schamanen in Ostafrika räucherten das Kraut in einer Zeremonie, die sich "Folge dem Vater" nannte, weil die Ahnengeister dem Betreffenden bei diesem Ritual so seine Feinde offenbarten. In Indien wird Bilsenkraut anstelle von Opium als Rauschmittel verwendet und der Rauch inhaliert. In China wird Bilsenkraut bei Husten, Asthma, Rheuma und Totenbeschwörung verräuchert. Es werden dazu 1 Teil Asant, 1 Teil Weihrauch, 4 Teile Bilsenkraut, 1 Teil Koriander und 1 Teil Zimtrinde zu einem Räucherpulver gemörsert. Ebenfalls eine berühmte Räuchermischung stellte Hofrat Karl von Eckertshausen her. Es bestand aus Bilsenkraut, Safran, Schierling, Aloe, Opium, Mohnsamen, Alraune, Asant und Sumpfporst. Diese an Hexensalben erinnernde Mischung hat stark bewusstseinsverändernde Wirkungen. Der Rauch des Bilsenkrauts riecht nach verbranntem Laub, nicht unangenehm, aber auch nicht wirklich angenehm. Im Okkultismus wurde Bilsenkraut zum Beschwören von Geistern und bei der Nekromantie oder Totenbeschwörung verräuchert. In der Literatur tauchen einige historische Räuchermischungen auf. Das Kraut sollte immer mit Umsicht und Wissen geräuchert werden. Bilsenkraut darf ausschließlich nur als Räuchermittel verwendet werden. Vor anderweitigen Verwendungen wird ausdrücklich gewarnt, denn bei innerlicher Einnahme kann der Tod sehr schnell durch Atemlähmung eintreten. Auch als Hexensalbe oder Tee ist Bilsenkraut lebensgefährlich, ebenso das Rauchen. Bilsenkraut ist nur versetzt mit Benzoe Sumatra, Dammarharz und Perubalsam im Handel, damit es wirklich ausschließlich nur zum Räuchern geeignet ist. Die Samen des Bilsenkrauts wurden von den Indianern bei ihren Ritualen wie das Kraut verräuchert. Sie verwendeten den Samen in ihrer Friedenspfeife. Bei Missbrauch sind sie genauso tödlich wie das Kraut. Auch Bilsenkrautsamen sollten nur geräuchert werden. Vor innerer Einnahme oder Rauchen der Samen wird eindringlich gewarnt, denn das ist absolut lebensgefährlich. Eine Abart ist das gelbe Bilsenkraut (*Hyoscyamus albus*), das in der Antike das am meisten verwendete Heil- und Zaubermittel war. Die Pflanze wächst in Südeuropa und Westasien. Das Kraut wurde in Rauchmischungen oder pur als Aphrodisiakum und gegen Asthma, Bronchitis und Husten geraucht. Es ist ebenso giftig wie sein Vetter. Bilsenkraut ist hochgiftig und daher nicht zum Verzehr geeignet.

#### Birke (Rinde und Blätter)

Birke (*Betula alba*, *B. pendula* oder *B. lenta*) Die Rinde ist Bestandteil der psychedelischen Tabakmischungen der Indianer, wie die Blätter dieses Baumes. Viele mexikanische Indianer verwenden Birkenrinde in Zusammenhang mit ihren Riten. Es werden Amulette gegen den bösen Blick und gegen alle Formen von Schadenzauber und Hexerei gefertigt. Die Rinde wird bei Fieber und Kopfschmerzen mit noch anderen Ingredienzien verräuchert. Sie weckt die Lebensgeister und bringt das Lebensrad wieder in Schwung. Alte Schlacke und seelische Gifte werden ausgetrieben, und man steht dem Leben wieder frisch und rein gegenüber. Birkenrinde mischt sich zum Räuchern gut mit Ysop, Poleiminze, u.a. Birkenblätter mischen sich gut mit fast allem Räucherwerk, vor allem Bärentraube (*Arctostaphylos uva-ursi*) Steppenraute, Bilsenkraut, Sumpfporst u.a.

#### Borretsch (Kraut)

Borretsch (*Borago officinalis*), auch Gurkenkraut genannt, war bei den Römern sehr beliebt. Man glaubte, dass der Borretsch die Menschen fröhlich mache und die Traurigkeit vertreibe. Geräuchert wurde er um gute Laune zu verbreiten. Borretsch

stammt ursprünglich aus dem Mittelmeerraum und braucht nahrhafte, durchlässige Böden. Borretsch mischt sich zum Räuchern gut mit Estragon, Eisenkraut, Leberkraut, Wiesenkönigin, Tragant, Basilikum, Petersilie, Löwenzahn, Majoran u.a.

#### Brennnessel (Blätter und Wurzel)

Brennnessel (*Urtica dioica*)

Im Volksglauben war sie eine wichtige Zauber- und Abwehrrpflanze. Sie sollte Blitz und Feuer abwehren und wenn man an Walpurgis den Stall ausräucherte, war das Vieh vor Hexen und Teufeln geschützt. Die Wurzel wird ebenso wie die Blätter zum Räuchern verwendet, um vor Zauberern, Hexen und bösen Geistern zu schützen. Brennnessel mischt sich zum Räuchern gut mit Petersilie, Borretsch, Thymian, Bärentraube, Schachtelhalm, Schlüsselblume, Frauenmantel, Löwenzahn u.a.

#### Duftgras (Kraut)

Das nach Heu riechende Duftgras (*Hierochloa odorata*) ist eine traditionell keltisch-germanischen Räucherzutat. Es hat eine ähnliche Verwendung und Wirkung wie das in Nordamerika gebrauchte Sweetgrass. Es sollte nur zum Räuchern verwendet werden und ist nicht zum Verzehr geeignet.

#### Eibisch (Wurzel)

Eibisch (*Althaea officinalis*) ist seit der Antike bekannt und wird seither vom Menschen genutzt. Im Volksglauben wurde der Eibisch zur Klärung und Reinigung von Haus und Hof verbrannt. Eibisch mischt sich zum Räuchern gut mit Johanniskraut, Eisenkraut, Knabenkraut, Mariendistel, Linde, Sonnenhut, Wegwarte u.a.

#### Eisenhut (Wurzel)

Der sehr giftige Eisenhut oder Sturmhut (*Aconitum napellus*) aus der Familie der Hahnenfußgewächse (*Ranunculaceae*) ist von Italien bis nach Island, von Spanien bis in den Himalaya verbreitet. Die Wildpflanze steht (wie übrigens alle *Aconitum*-Arten) in Europa unter Naturschutz. Der Eisenhut gilt in Europa bis heute als die giftigste und gefährlichste Pflanze überhaupt. Sie enthält das Alkaloid Aconitin (*Acetylbenzoylaconin*) und Aconitinsäure. Schon geringe Dosen (sehr wenige Gramm des Pflanzenmaterials) können tödliche Vergiftungen hervorrufen. Oral aufgenommen, können bereits 0,2 mg Aconitin toxische Erscheinungen auslösen, 3 bis 6 mg töten einen Erwachsenen meist schon. Allein das ungeschützte Berühren oder Pflücken der Pflanze kann zur Aufnahme des Giftes über die Haut führen. Die knollige Wurzel ist am wirkstoffreichsten, in der übrigen Pflanze ist die Konzentration geringer. Das Hantieren mit den frischen Wurzelknollen kann zu gefährlichen Vergiftungen führen! Als Rauschmittel kann das getrocknete Kraut geraucht werden, doch ist hierzu nichts bezüglich Dosierungen bekannt, und es muss dringend vor dem unsachgemäßen Gebrauch dieser Pflanze gewarnt werden! Eisenhut ist als Räuchermittel wegen seiner Giftigkeit nur versetzt mit Benzoe Sumatra, Dammarharz und Perubalsam im Handel, damit kein Missbrauch möglich ist. Er sollte ohnehin mit anderem Räucherwerk vermischt werden, da er etwas streng riecht. Beim Räuchern wirkt er beruhigend und entspannend. Er mischt sich zum Räuchern gut mit Beifuß, Salbei, Lavendel, u.a. Weil Eisenhut zu den sehr giftigen Pflanzen gehört, wird vor dem Verzehr eindringlich gewarnt.

## Eisenkraut (Kraut)

In Wales wurde die Eisenkraut (*Verbena officinalis*) "Gift für den Teufel" genannt und zum Schutz des Hauses aufgehängt oder geräuchert. Eisenkraut heißt auch "Diplomatenkraut", da es, in Verhandlungen bei sich geführt, schnell Sympathie bringen und "hieb- und stichfest" machen soll. Das auch als Druidenkraut oder Sagenkraut bekannte Kraut findet deshalb auch zur Sympathiemagie in Räuchermischungen Verwendung. Im Mittelalter durfte es in keinem Liebestrank (Philtrum) fehlen. Eisenkraut ist eine der 12 magischen Pflanzen der Rosenkreuzer und wird dem Planeten Venus zugeordnet. Auch die Kelten sprachen diese Pflanze heilig. Die Barden verwendeten sie um göttliche Inspiration zu empfangen und die Seher tranken einen Sud davon, um die Zukunft voraussagen zu können. Für die Druiden war es eine mächtige Zauberpflanze. Sie wurde bei Geburten, Fallsucht, Kopfweg, Pestilenz und vielen anderen Krankheiten und Zeremonien eingesetzt. Die Hexen brauten keinen Trank ohne Eisenkraut. Der Rauch von glimmendem Eisenkraut riecht wie ein herbstliches Laubfeuer. Es wird in Räucherritualen für materiellen Erfolg, zur Reinigung und zum Schutz gegen negative Einflüsse eingesetzt. Früher glaubte man, dass Eisenkraut als Räucherung oder übers Bett gehängt vor Alpträumen bewahrt. Es soll Mut machen und helfen, die innere Stärke wieder zu finden oder neu zu entwickeln.

Fichte und andere Nadelhölzer: Zum Räuchern eignet sich am besten das Harz, man kann aber auch kleine Zweige verwenden; reinigen die Atemluft, wirken desinfizierend und klären den Geist.

Das Fichtenharz (*Picea abies*), als "Burgunderharz" oder "Burgundisches Pechharz" verkauft, wurde früher Waldweihrauch genannt und noch bis ins letzte Jahrhundert als preisgünstiger Ersatz für den sehr viel teureren Weihrauch gebraucht. In alten Kräuterbüchern wird berichtet, dass das Fichtenharz zur Verfeinerung einige Zeit in einen Ameisenhaufen gelegt wurde, um dort durch die Ameisensäure einen Umwandlungsprozeß zu erfahren. Im Mittelalter wurde sie wegen ihres Duftes in Reinigungs- und Desinfektionsräucherungen als Heilmittel gegen Seuchen geräuchert. Fichtenharz wirkt keimtötend und kann somit die Raumluft desinfizieren. Es duftet kräftiger als das Harz der Tanne, allerdings fehlt ihm die frische, oft zitronenartige Note des Tannenhärzes. Es verströmt beim Räuchern einen kräftigen, grünen, waldigen Duft. Fichtenharz wirkt kräftigend, stärkend und aufbauend und fördert dadurch die Genesung von Krankheiten. Der Rauch des Fichtenhärzes diente als Schutz vor störenden Einflüssen und hilft, innere Ruhe zu finden, was die Meditation erleichtert. Das hellgelbe Harz wurde in der mittelalterlichen Heilkunde viel zur Herstellung von Heilsalben und auch für Heilräucherungen verwendet. Es hilft bei Ausschlägen und Rheuma. Die Sprossen verbrennen mit dem für Fichte typischen Eigengeruch. In der Volksmedizin galt ein Tee aus Fichtensprossen als gutes, blutreinigendes Mittel. Die Sprossen in Honig oder Zucker eingelegt, wurden als Fichtenhonig bei Husten, Bronchitis und Erkältungskrankheiten verwendet. Das bekannte und zu Heilräucherungen noch im 20. Jahrhundert in Apotheken verkaufte Burgunderharz (*Pix burgundica*) ist ein gelbes, krümeliges Harz, das durch einen Schmelzprozeß ebenfalls aus dem Harz der Fichte gewonnen wird. Es hat einen kräftigen, grünen, waldigen Geruch. Burgunderharz wirkt stärkend und aufbauend. Fichtenharz kann man auch gut selbst sammeln. Wie bei allen klebrigen Harzen empfiehlt es sich, das Harz einzufrieren, da es sich in gefrorenem, spröden Zustand sehr leicht zerteilen und portionieren lässt. Fichtenharz und Burgunderharz entwickeln viel dichten Rauch.

Deshalb eignen sie sich am besten für Räucherungen im Freien. Sie mischen sich zum Räuchern gut mit Tanne, Kiefer, Zeder, Rosmarin u.a.

### Frauenmantel (Kraut)

Der Frauenmantel (*Alchemilla vulgaris*) Die Pflanze war im frühen Mittelalter eine geschätzte Frauenpflanze. Im Volksglauben hatte der Frauenmantel einen hohen Stellenwert. Er war Freyja, der Göttin der Liebe und Fruchtbarkeit geweiht und wurde regelmäßig gesammelt und bei Liebes- und Fruchtbarkeitsritualen verräuchert, besonders an Maria Himmelfahrt. Man nannte die Pflanze auch Gewittergras, weil man sie in Kränze band und an Fenster, Türen und am Dachfirst aufhing, um das Haus vor Blitzschlag zu schützen. Frauenmantel wächst häufig auf Wiesen, Weiden, an Bachufern und Waldrändern. Er ist in Europa, Nord- und Mittelasien verbreitet. Frauenmantel mischt sich zum Räuchern gut mit Schlüsselblume, Malve, Mariendistel, Goldrute, Ringelblume u.a.

### Immergrün (Kraut)

Immergrün (*Vinca minor*) war bereits in der Antike als Heilkraut bekannt. An Palmsonntag verräucherte Blätter sollten Kinder vor Hexen und Zauberern schützen und Krankheitsgeister vertreiben. Als Orakelpflanze wollte man die künftige Heirat, Gesundheit oder Tod vorhersehen. In den Raunächten, wenn die Tore zur Anderswelt durchlässig sind, soll es helfen, einen Blick in die Zukunft zu werfen und kann als Orakel dienen. Immergrün wächst hauptsächlich in Buchenmischwäldern, gelegentlich auch an Hecken und Gebüsch und ist in ganz Europa verbreitet. Immergrün mischt sich zum Räuchern gut mit Salbei, Kamille, Huflattich, u.a. Es ist nicht zum Verzehr geeignet.

### Immortelle (Blüte) Strohblume

Immortelle (*Helichrysum angustifolium*), auch Unsterblichkeitskraut oder Strohblume genannt, weil sich die Blüte auch beim Trocknen kaum verändert, wird schon seit vielen Jahren bei Einweihungszeremonien in okkulten Schulen verwendet. Sie wird vorwiegend bei Menschen, die sich in eine Sackgasse verlaufen haben, gebraucht. Ihr stark erdhafter Geruch kann helfen wenn man sich am Scheideweg oder in einer Übergangszeit befindet. Sie hat eine stark erdende Wirkung und konfrontiert den Menschen mit der Frage von "Leben und Tod". Sie führt nach innen und erleichtert die "Arbeit" an Problemen und neuen Situationen. Für sensible Menschen könnte Immortelle möglicherweise zu stark sein, so ist es ratsam, sie nur in Mischungen zu verwenden. Für sehr sensible Menschen ist sie überhaupt nicht geeignet. Immortelle mischt sich zum Räuchern gut mit Kamille, Lavendel, Salbei, Rose, Nelke u.a. Sie darf nur zum Räuchern verwendet und nicht eingenommen werden.

### Iris (Wurzel)

Iriswurzel (*Iris pallida*, *Iris germanica*) wird vorwiegend in sinnlich-erotischen Liebesräucherungen genutzt. Der mild-erdige, veilchenartig warme, einhüllende Duft der Iriswurzel ist eine äußerst kostbare Substanz. Zum einen, weil die Ausbeute bei der aufwendigen Gewinnung durch Fermentation sehr gering ist, zum anderen wegen der intensiven Wirkung auf die Gefühle. Iris wird auch als "himmlischer Duft" bezeichnet. Die befreiende und erlösende Energie dieser Wurzel kann harte Gefühlsblockaden zum Schmelzen bringen. Selbst bei starken, seelischen Verletzungen wirkt die Iriswurzel heilend. Viele Menschen gebrauchen

diesen Duft, um ihre Intuition und Liebesfähigkeit zu schulen. Iriswurzel mischt sich sehr gut mit Sternanis, Wermut, Rosenblüten u.a.

Johanniskraut (*Hypericum perforatum*): Blüten; sie entwickeln keinen starken Duft, sollen aber auch durch Räuchern gegen Traurigkeit und Angst vor der Dunkelheit schützen. Johanniskraut mischt sich gut mit Goldrute, Brennnessel, Eibisch, Berberitze, Huflattich u.a.

#### Kamille (Blüte)

Bei der Räucherung vermittelt Kamille (*Matricaria chamomilla recutita*) Ruhe und Ausgeglichenheit. Sie ist empfehlenswert, wenn Ärger und Trauer den Geist verdunkeln und wird bei Segnungszeremonien und bei Gebeten um finanziellen Erfolg verwendet. Kamille wirkt kühlend und ausgleichend, fördert die Harmonie und Toleranz, besänftigt das Gemüt, vermindert Streitlust und vermittelt ein Gefühl von Ruhe und Geborgenheit. Kamille verbreitet einen süßlich, warm-krautigen Geruch beim Räuchern und mischt sich gut mit Lavendel, Rose, Majoran, Jasmin, Salbei, u.v.a.

#### Kapuzinerkresse (Kraut)

Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*) wurde in der Volksmedizin der peruanischen Indianer mit Erfolg verwendet. Bei den Indianern wurde Kapuzinerkresse verräuchert, um Krankheitsdämonen und böse Geister fernzuhalten oder auszutreiben. Kapuzinerkresse mischt sich zum Räuchern gut mit Salbei, Thymian, Estragon, Ysop, Efeu, Bockshorn u.a.

#### Kiefer (Holz und Harz)

Das Räuchern von Kiefern (*Pinus cembra*) geht auf den Baumkult der Germanen zurück. Vermutlich wurde es in der Mittelsteinzeit entdeckt und als Heilmittel und Räucherstoff verwendet. Harz und Sprossen eignen sich gut zum Räuchern und werden spezifisch zum Schutz gegen Hexen verbrannt. Die Kiefer wird den Planeten Saturn und Merkur zugeordnet. Die Borke der Kiefer ist sehr stark von rötlichem Harz durchdrungen und verbreitet beim Verbrennen einen balsamischen, warm-harzigen Duft. Beim Räuchern riecht es etwas streng, hat aber eine feine, leicht zitrusähnliche Unternote. Kiefernharz wird heute durch Destillation der Kiefern Balsame hergestellt. Die Destillationsrückstände werden solange erhitzt, bis alles Wasser verdampft ist und eine harzige Masse übrig bleibt. Früher wurde die Rinde mit ihrem Harz klein geraspelt oder in Form von Pulver verwendet. In Marokko wird das Harz der Aleppokiefer als "Mutter der Menschen" bezeichnet und man gebraucht es für vielerlei medizinische und magische Räucherungen. Der balsamisch-warme, leicht zitronige, harzige Duft beim Verbrennen des Kiefernharzes soll vor magischen, krankmachenden Praktiken schützen und gilt als herzstärkendes Mittel. Kiefernräucherungen wirken wärmend, stärkend und aufbauend. Sie bringen die Seele und den Geist in Einklang, entspannen und kräftigen die Nerven. Außerdem wirken sie reinigend, desinfizierend, lösend, öffnend und klärend. Für rastlose, betriebsame, überreizte Menschen, die sich zuwenig Ruhe und Muße gönnen, ist es eine tiefe Erholung und Stärkung, mit Kiefern sprossen zu räuchern. Die Dämpfe des Kiefernharzes wurden verwendet, um die Lungen zu stärken und um schwächliche Kinder energetisch aufzuladen. Der Rauch wirkt antiseptisch und durchblutungs fördernd. Der Eigenduft der Kiefer ist sehr intensiv und geht auch in Mischungen nicht verloren. Die trockenen Kiefern sprossen brennen lichterloh und sind deshalb bevorzugt zerkleinert in

Mischungen zu verräuchern. Harz ist natürlich noch besser, weil die Rauchentwicklung bei Sprossen sehr stark ist und das Holz mit verbrennt. Kiefernharz in Pulverform entfaltet dieselben Kräfte wie die ganzen Harzstücke. Das Pulver hat den Vorteil, dass es sich leicht mit anderem Räucherwerk mischen lässt und nicht mehr gemörsert werden muss. Es mischt sich zum Räuchern gut mit Zeder, Besenginster, Berberitze u.a. Kiefernharz ist nicht zum Verzehr geeignet.

Königskerze (*Verbascum densiflorum*): Blüten und Samen; angeblich hilfreich zur energetischen Reinigung von Räumen. Aus den getrockneten wolligen Blättern drehte man Lampendochte, der Flaum diente als Zunder. Die Pflanze wurde in Pech und Harz getaucht und diente so als Fackel. Im Brauchtum der Griechen wurden die Blätter zusammen mit den Blüten verräuchert, um böse Zauberkräfte und Dämonen abzuwehren und fernzuhalten. Königskerzenblüten mischen sich zum Räuchern gut mit Kornblume, Klette, Eibisch, Raute, Kreuzblume, u.a. Königskerzenblätter lassen sich zum Räuchern gut mit Alraune mischen.

#### Lärche (Harz)

Lärchenharz war bis weit ins 20. Jahrhundert hinein noch unter der Bezeichnung "Venetianisches Terpentin" in Apotheken erhältlich und wurde zu medizinischen Zwecken verräuchert. Es hilft bei Katarrhen und trägt zur Kräftigung der Atmungsorgane bei. Ansonsten ähnelt es in Anwendung, Geruch und Wirkung dem Kiefernharz. Das Harz ist nicht zum Verzehr geeignet.

#### Lavendel

(*Lavandula angustifolia*): Blüten und Stängel; der klärendste Duft, sowohl für den Raum als auch für den Geist. Der Lavendel ist seit Jahrhunderten ein beliebtes Volksheilmittel und eine Zauberpflanze. Er besänftigt Gefühle, beruhigt und entspannt die Nerven, vertreibt schlechte Gedanken und böse Geister und kann helfen klare Gedanken zu fassen, zu ordnen und Struktur zu schaffen. Es entsteht eine Atmosphäre von Reinheit, Frische und Ordnung, und der Seelenhaushalt kommt wieder ins Gleichgewicht. Es wirkt beruhigend und ausgleichend auf Körper und Seele und hat die Fähigkeit, positive Kräfte anzuziehen. Je dunkler das Blau der Blüte, umso intensiver ist der Geruch. Lavendel kann sehr gut pur verräuchert werden. Der Eigenduft ist angenehm, macht sich aber auch im Mix mit Nelke, Salbei, Kiefer, u.a. sehr gut.

#### Liebstockel (Blätter, gerebelt und Wurzel)

Liebstockel (*Levisticum officinale*) war schon im Altertum als Heil- und Gewürzpflanze in Gebrauch. Im Volksglauben ist Liebstockel eine Zauberpflanze und wurde verbrannt, um die bösen Geister zu vertreiben. Am Johannistag wurde er in jeden Trank gegeben, damit die Hexen Mensch und Tier nichts anhaben konnten. Er war auch eine Pflanze für den Liebeszauber und wurde rituell verräuchert. Wer außerdem noch eine Pflanze bei sich trug, dem war Glück in der Liebe sicher. Liebstockelblätter mischen sich gut mit Estragon, Ysop, Thymian, Asant, Quendel, Basilikum, Klette, Sage, Myrrhe u.a. Die Wurzel dieser Pflanze wird genauso wie die Blätter eingesetzt. Liebstockelwurzel mischt sich zum Räuchern gut mit Alraune, Kerbel, Buchsbaum, Salbei, Petersilie u.a.

#### Linde, silber (Blüte)

Die Linde (*Tilia europaea*) ist seit der Antike als Heilmittel bekannt. Im Volksglauben galt die Linde als heilig und wurde Frigga, der Göttin des häuslichen



Glücks und der Liebe, geweiht. Um Glück und Wohlstand zu erreichen und um Dämonen und Hexen abzuwehren, wurden Lindenblüten von den Germanen und Slawen verräuchert. Linde mischt sich gut mit Ringelblume, Himbeere, Bärentraube, Huflattich, Kreuzblume u.a.

#### Löwenzahn (Wurzel)

Löwenzahn (*Taraxacum officinalis*) ist schon seit dem 11. Jahrhundert als Heilpflanze bekannt. Im Altertum wurde Löwenzahn mit Schafgarbe und anderen Kräutern zusammen verräuchert. Er sollte Krankheitserreger vernichten, die Atmosphäre klären, sowie Schutz vor Hexen, Dämonen und bösen Zaubern gewähren. Löwenzahn lässt sich gut mit Schafgarbe, Leberkraut, Huflattich, Knabenkraut, Weißdorn, Spitzwegerich u.a. verräuchern.

#### Lungenkraut (Kraut)

Lungenkraut wird im Volksmund auch Brunneschüsseli, Fleckenkraut, Guggelhose, Hirschkoze, Königsstiefel oder Waldochsenszunge genannt. Die alten Griechen verräucherten Lungenkraut in Krankenhäusern und Spitälern, und mit Weihrauch gemischt in Kirchen und bei Leichenbestattungen. Es heißt, es sei keimtötend und desinfizierend. Krankheitsgeister und Dämonen sollen durch den Rauch vertrieben werden. Lungenkraut mischt sich zum Räuchern gut mit Salbei, Lavendel u.v.a.

#### Mädesüß: Blüten; fördert die Träume und die Intuition

Wiesenkönigin (*Filipendula ulmaria*), auch Echtes Mädesüß (Metsüße) oder Spierstaude genannt, fand in der Volksmedizin als krampf stillendes, harntreibendes und schweißtreibendes Mittel Verwendung bei Fieber, Erkältungskrankheiten, Gicht, Rheuma, Steinleiden, Wassersucht und zu Blutreinigungskuren. Wiesenkönigin war nicht nur eine heilige Pflanze der Kelten, sondern auch eine Lieblingsblume von Elisabeth I. Bei den Sonnenwendfeiern wurde sie zum Schutz vor Dämonen und bösen Geistern verbrannt. In der Steiermark wurde sie Sunnawendfäden genannt. In Dänemark diente sie zur Entdeckung von Dieben, indem der Verdächtige beräuchert wurde. Wiesenkönigin wächst auf nährstoffreichen, feuchten Wiesen, an Gräben und Bachufern, sowie Streu- und Moorwiesen. Sie ist in fast ganz Europa beheimatet. Wiesenkönigin lässt sich gut mit Besenginster, Kaneel, Labdanum, Tolubalsam, Myrrhe, Veilchen, Angostura, Immortelle, (Strohblume) u.a. verräuchern.

#### Minzen (*Mentha sp.*): Blätter; erfrischend, erweckend und reinigend

#### Majoran (Kraut, gerebelt)

Majoran (*Origanum majorana*), auch als Bratenkräutel, Gartenmajoran, Gartendost, Kuchelkraut, Mairan, Miran oder Wurstkraut bekannt, wurde schon in biblischen Zeiten für Räucheropfer verwendet, ist in der Bibel als Räucherstoff erwähnt und gilt als eine der ältesten Kulturpflanzen der Menschheit. Beim Räuchern vermittelt Majoran Kraft und Mut, bringt verausgabte Energien zurück und ist stark reinigend für den Astralkörper. Er wirkt entspannend und beruhigend auf das Nervenkostüm, hilft bei Trauer, Leid, Angst und Verzweiflung und stabilisiert verlorenes Gleichgewicht. Der warme, holzige, stark würzige, kampferähnliche Geruch von getrocknetem Majoran verliert auch in Räuchermischungen mit Lavendel, Rosmarin, Kamille, u.a. seine persönliche Note nicht. Zusammen mit Weihrauch ergibt sich eine stark beruhigende, gegen Stress und Nervenbelastung wirkende Mischung, die zur Reinigung der Aura verwendet werden kann.

### Malve (Blüte)

Die Malve (*Malva silvestris*), auch als Käspappel, Schwellkraut, Zigerli, Roßpappel, Feldmalve oder Katzenkäse bekannt, war schon in der Antike als Heil-, Nutz- und Gemüsepflanze in Gebrauch. Die Malve wurde verräuchert, um Fruchtbarkeit zu erlangen, gesunde Kinder zu gebären und Schutz vor Krankheit, Unglück und allem Bösen zu haben. Malve mischt sich zum Räuchern gut mit Rose, Acker-Gauchheil, Kalmus, Angelika, u.a.

### Mariendistel (Kraut)

Die Mariendistel (*Silybum marianum*), auch Christi Krone, Fieberdistel, Frauendistel, Heilandsdistel, Stechkörner oder Marienkörner genannt, war bereits in der Antike als Heilpflanze bekannt. Das Kraut kann verräuchert werden, es riecht angenehm. Geschichtlich ist allerdings nichts bekannt. Das Verbrennen dieser Pflanze bewirkt einen frischen Geist. Gelegentlich wird die Mariendistel mit Stachelmohn verwechselt. Mariendistel mischt sich zum Räuchern gut mit Ringelblume, Taubnessel, Sonnenhut, Andorn, Rosmarin, Leberkraut, Erdrauch u.a.

### Melisse (Blätter)

Melisse (*Melissa officinalis*) oder Zitronenmelisse gehört mit zu den ältesten, bekannten Heilpflanzen, Paracelsus bezeichnete sie als Lebenselixier. Sie wurde als ein Gemüt und Herz stärkendes Mittel gepriesen. Melisse wird als Schutzräucherung und gegen negative Einflüsse verbrannt. Sie soll die Abwehrkräfte stärken und bei Überreizung durch Stress wirksam sein, soll helfen materielle Wünsche zu erfüllen und den Anwender mit neuen Freunden zusammenbringen. Es heißt, sie wirkt heilsam bei Depressionen und Migräne, gleicht diese Zustände aus und erfrischt und durchwärmt vom Herzen her. Mit einer Heiteren, warmen Ausgeglichenheit erscheint alles in einem neuen Licht. Melisse ist Bestandteil des traditionellen Kräuterbüschels der Sommersonnenwende. Zusammen mit Beifuß, Eisenkraut, Königskerze, Johanniskraut usw. ergeben die im Sommer getrockneten Blüten gerade in der dunklen Jahreshälfte eine hervorragende, stimmungsaufhellende Kombination, die sehr krautig, aromatisch riecht. Melisse verliert beim Räuchern ihren feinen, leichten, frischen, zitronigen Eigenduft fast gänzlich, daher ist es ratsam, sie mit Lavendel, Rainfarn, Nelke, Kamille, Rose u.a. zu mischen.

### Mistel (Kraut)

Mistel (*Viscum album*), auch als Donarbesen, Geißchrut, Hexennest, Vogelchrut, Vogelmistel und Wintersamen im Volksmund bekannt, ist eine auf Bäumen parasitär wachsende Pflanze. Sie war die wichtigste heilige und geheimnisvollste Zauberpflanze der keltischen Druiden und der Sonne und dem Mond geweiht. Aus der Mistel bereiteten die Druiden Zaubertränke, die Kraft, Mut und Unbesiegbarkeit verleihen, alle Krankheiten heilen, alle Gifte unwirksam und Mensch und Tier fruchtbar machen sollten. Den Germanen war die Mistel, oder korrekterweise Laubholzmistel, als fürchterliche, todbringende Zauberpflanze bekannt. In Tirol heißt sie Drudenfuß und gilt als Schutz vor Hexen und Teufeln. Als Räucherung soll sie negative Schwingungen vertreiben, vor Blitzschlag, Krankheit, Unglück, Feuer und Mißgeschick schützen. Es heißt, sie soll wunderbare Träume bewirken und um den Hals getragen unsichtbar machen. Außerdem soll die Mistel beim Räuchern beruhigend auf das Nervensystem und Betäubend bei Schmerzen wirken. Die Mistel wird selten alleine verräuchert sondern ist Bestandteil vieler keltisch/nordischer Mischungen. Als Pflanze die im Winter Früchte trägt, ist sie der Inbegriff für die Hoffnung auf eine Wiedergeburt. Sie gilt als "Schlüssel zur Anderswelt" und so

eignet sie sich für Traum-Räucherungen, besonders in den Rauhächten und zu allen Zeiten und an allen Orten des Übergangs. Die Mistel kommt in ganz Europa und Nordasien vor. Mistel mischt sich zum Räuchern gut mit Eisenkraut, Bärentraube, Herzgespann u.a.

#### Nelke (Blüte)

Die Nelke (*Eugenia caryophyllata*) aus der Pflanzenfamilie der Myrtengewächse war schon bei den alten Ägyptern als Räuchermittel und Grabbeigabe bekannt. Sie gilt als Aphrodisiakum, regt die Sinnestätigkeit an, vertreibt negative Schwingungen, Gedanken und Gefühle und ist Bestandteil der Yogi-Tees (siehe Kardamom). Beim Räuchern wirkt sie stark desinfizierend und hält lästige Insekten fern. Sie wird meist als Energieverstärker, zum Vertreiben negativer Energien und zum Erreichen von Finanziellem Erfolg verräuchert. Nelke erleichtert das Loslassen von alter Belastung und macht für neue Erfahrungen und Eindrücke empfänglich. Deshalb ist sie hilfreich bei Gebet und Meditation. Sie soll auch Reichtum anziehen. In China und Japan in Verbindung mit anderen Räucherstoffen als Aphrodisiakum gebraucht, ist die Nelke pulverisiert ein Hauptbestandteil von Räucherstäbchen. In Räuchermischungen verstärken sie den Duft und energetisieren diesen. In der Medizin hatte die Nelke ebenfalls einen hohen Stellenwert. Nelke ist Bestandteil der Yogi-Tees. Nelken sind ursprünglich in Südostasien beheimatet, heute sind sie in ganz Europa verbreitet und als Gartenpflanze beliebt. Verwendet werden die pulverisierten Blütenknospen. Nelke duftet leicht würzig-zimtig mit einer süßlichen Note nach Orangenschale und mischt sich zum Räuchern gut mit Rose, Lavendel, Lorbeer, Zimt, Maiglöckchen u.a.

#### Nieswurz (Wurzel)

Nieswurz (*Helleborus officinalis*), auch schwarze Nieswurz, Christblume und Schneerose genannt, ist das Gegenstück zum Germer, der den Namen weiße Nieswurz trägt. Die schwarze Nieswurz hat ebenfalls eine wichtige Bedeutung als Heil-, Gift- und Zauberpflanze. Die Propheten und Wahrsager nannten die schwarze Nieswurz Melampodion und schrieben ihr göttliche Kräfte zu. Sie wurde als Amulett benutzt und nach einem Ritual gegraben. Aufgrund ihrer reinigenden Wirkung wird die Wurzel in Wohnungen umhergestreut und verräuchert. In Räuchermischungen wurde die Nieswurz zu Exorzismus- und gegenmagischen Zwecken verwendet. Außerdem soll sie helfen, Astralreisen zu erleichtern. Sie gilt auch als Mittel zur Erhaltung der Jugend. Die Indianer verwendeten die Nieswurz in ihren Schnupfpulvern. Medizinisch wird sie bei schwersten Krankheiten gebraucht. Da Nieswurz überaus giftig ist, wird eindringlich vor innerlicher Einnahme, sowie dem Gebrauch in Hexensalben oder Tee gewarnt, denn der Tod tritt rasch durch Atem- u. Nervenlähmung ein. Nieswurz mischt sich zum Räuchern gut mit Alraune, Kalmus, Bilsenkraut, Bärlapp u.a. Sie ist nicht zum Verzehr geeignet.

#### Odermennig (Kraut)

Der Odermennig (*Agrimonia eupatoria*) ist eine alte europäische, magische Heilpflanze. Es heißt, Odermennig kann in allen Schutzzaubern als mächtiges Hilfsmittel angewendet und verräuchert werden, da er negative Energien und böse Geister vertreiben und gegen Gifte und Goblins schützen soll. Außerdem benutzt man ihn, um gegen einen selbst gerichtete magische Angriffe, schwarze Magie, Flüche, Verwünschungen und Verzauberungen nicht nur aufzulösen und zu zerstreuen, sondern auch, um sie an den Absender postwendend und mit verstärkter Kraft zurückzuschicken. Für rituelles Heilen und Aurareinigung sollte

Odermennig mit Beifuß verräuchert werden. Die Blätter duften beim Zerreiben angenehm und haben einen leicht bitteren, zusammenziehenden Geschmack. Verwendet wird das kurz vor oder während der Blütezeit gesammelte und getrocknete Kraut. Odermennig mischt sich zum Räuchern gut mit Beifuß, u.a.

#### Petersilie (Blätter und Wurzel)

Schon die Griechen und Römer schätzten die Heilkraft der Petersilie (*Apium petroselinum crispum*). Bei Hochzeiten wurde Petersilie verräuchert, um böse Geister und Unglück von den frisch Vermählten und ihrem Heim fernzuhalten und Glück, Freude und Wohlstand einziehen zu lassen. In Slowenien legte man der Wöchnerin die Blätter unter Leintuch, um sie vor Zauberei und dem Teufel zu schützen, auch wurde das Zimmer ausgeräuchert, um die Energien zu positivieren und die Geburt eines gesunden Kindes zu gewährleisten. Beim Räuchern wirken Petersilienblätter reinigend, desinfizierend und harmonisierend. Petersilie stammt aus dem südöstlichen Mittelmeergebiet, wird inzwischen aber fast überall angebaut. Petersilienblätter mischen sich beim Räuchern gut mit Thymian, Salbei, Kalmus, Ysop, u.a. Petersilienwurzel mischt sich gut mit Alraune, Basilikum, Kreuzkraut, Leberkraut, Myrrhe u.a.

#### Pfefferminze (Blätter)

Nach einer Legende entstand Pfefferminze, als die griechische Nymphe Mentha, Geliebte des Hades, von Persephone in wilder Eifersucht zerrissen wurde. Als duftendes Kraut von der ebenfalls eifersüchtigen Göttin Proserpina in eine Pflanze verwandelt, erschien ihr Leib wieder auf der Oberwelt. In der Antike riebt man die Tische mit frischen Minzblättern ein, um die Fleischeslust anzuregen. Dioskurides berichtet, dass die Minze "Krone der Aphrodite" genannt wurde. Apulejus nennt sie mit direktem Bezug auf Venus "Mentha venerea". Die wilden Minzen *Mentha rotundifolia* und *Mentha silvestris* L. wurden häufig zum Bekränzen gebraucht, und ein solcher Kranz, den Braut und Bräutigam trugen, wurde dann "Venuskrone" genannt. Kräuterbücher behaupten, dass Minze den männlichen Samen stärke und berichten über ein altes griechisches Sprichwort, welches besagt, man dürfe im Krieg Minze weder aussäen noch ernten. Dies wurde so erklärt, dass die durch die Minze angefachte Leidenschaft die Soldaten aufzehre. Eine Spezies der heutigen Zeit, die "Dionysus-Minze" wurde nach Dionysos, dem griechischen Gott der Ekstase benannt. Seit der Antike wird Pfefferminze (*Mentha piperita*) in China und Japan angebaut. Die Blätter wurden damals schon vielseitig in der Medizin verwendet und waren als Räuchermittel sehr beliebt. Sie reinigen und schärfen den Geist und Verstand, beruhigen die Nerven, halten Dämonen und Geister fern und ziehen positive Erlebnisse an. Minze beruhigt, erheitert, wärmt das Herz, nimmt Ängste und bringt Ausgleich. Pfefferminze wirkt anregend und aphrodisierend und ist dahingehend besonders in Kombination mit Schokolade wirksam. Zum Räuchern wird Minze auch bei Gedächtnisschwäche empfohlen und gegen Ohnmachtsanfälle wandte man sie früher anstelle von Riechsalz an, um die Lebensgeister zu wecken. Mit ihrem frischen, scharf-kühlen Duft kann die Raumluft geklärt und energetisiert werden. Minzrauch macht wach, hebt die Wirkung dämpfender Räucherungen auf und eignet sich sehr gut vor Meditationen. Außerdem desinfiziert er auch tatsächlich die Raumluft. Pfefferminze kann pur verräuchert werden, eignet sich aber auch für Mischungen mit Rosmarin, Lavendel, Majoran, Melisse u.a.

### Poleiminze (Kraut)

Poleiminze (*Mentha pulegium*) ist eine Pflanzenarznei von alter Tradition, die für ein breites Spektrum von Leiden eingesetzt wurde. Das Kraut wurde u.a. gegen Nervosität, Gicht, Erkältung, Rheuma, Koliken und Blähungen verwendet. In der heutigen Kosmetikindustrie ist die Poleiminze ein beliebter Duftstoff. Das getrocknete Kraut wird noch heute rituell als Räucherwerk verbrannt. Beim Räuchern wirkt sie erfrischend, reinigend und klärend auf die Seele, stärkt die Konzentration und macht wach und munter. Poleiminze liebt feuchte, sonnige Böden und kommt in Eurasien und Afrika vor. Heutzutage wird sie in Spanien, Marokko, Tunesien und in der Türkei angebaut. Sie sollte nicht innerlich eingenommen werden, da sie unter anderem abortiv wirkt. Poleiminze lässt sich gut mit Rosmarin, Lavendel, Rainfarn, Thuja, Salbei, Aloe, Zeder u.a. verräuchern.

### Rainfarn (Kraut und Blütenpulver)

Die Ägypter benutzten Rainfarn (*Tanacetum vulgare*) zum Einbalsamieren ihrer Mumien, denn die Gerbsäuren dieser Pflanze schützen den Körper gegen Verwesung. Sein griechischer Name leitet sich von "athanaton" (unsterblich) ab. Rainfarn wurde dem Planeten Venus und dem Gott Ganymed geweiht. Er galt als Dämonen abweisend. Um kleine Kinder vor Hexen und Druden zu schützen, legte man Rainfarn unter das Kopfkissen. Zur Desinfizierung und Reinigung von Wohnräumen wurde Rainfarn zusammen mit Nelke verbrannt. Rainfarn enthält Thujon, das eine berauschende, psychoaktive Wirkung besitzt. Er wirkt stärkend, Kraft spendend und erwärmend und wird gerne bei Schwächezuständen verräuchert. In der Räuchermischung kommt die entrückende, den Geist in höhere Sphären ziehende Wirkung zum Tragen. Wenn innerlich eigentlich schon alles klar ist, man aber nicht in der Lage ist, es nach außen umzusetzen, gibt eine Rainfarnräucherung den entscheidenden Impuls, mutig mit der inneren Wahrheit nach außen zu gehen. Es sollte weder die Blüte noch das Kraut des Rainfarns innerlich oder als Tee eingenommen werden, da die Pflanze giftig ist und böse Magenschmerzen, Krämpfe und blutigen Stuhlgang verursacht. Die leicht bittere, krautig-modrige Duftnote von Rainfarn kommt als Unternote in Räuchermischungen mit Thuja, Eisenkraut, Damiana, Amberbaum, Rose, Angelika, Guajak, Kalmus, Mastix u.a. besonders gut zur Geltung. Rainfarnblüten werden gerne bei Frauenritualen verwendet, und man sollte sie als Dank und Segen seiner Mutter oder einer Frau, die man besonders schätzt, schenken. Rainfarnblüten duften nach zitronigem Heu und geben eine feine Note beim Räuchern. Das Pulver lässt sich leichter in Räuchermischungen untermischen als die ganzen Blüten. Wirkung und Anwendung sind gleich. Die Blüten sind nur im Sommer und Herbst im Handel erhältlich. Rainfarnblüten mischen sich zum Räuchern gut mit Poleiminze, Angelika u.a. Rainfarn ist nicht zum Verzehr geeignet.

### Raute (Kraut)

Die Raute (*Ruta graveolens*), auch Garten- oder Weinraute genannt, ist eine sehr alte Zauberpflanze. Sie ist dem Planeten Mars und den Göttern Diana und Aradia geweiht. Im späten Mittelalter wurde die Raute als Zaubermittel gegen Hexentränke und Teufelsspuk geräuchert oder im Haus aufgehängt. Sie wurde vorwiegend Räuchermischungen beigegeben, die Verwünschungen und Verhexungen entfernen, Schutz bei Exorzismus bieten und bei Heilungsräucherungen helfen. Um Visionen Klarheit und Reinheit zu geben, trinkt man vor psychischer Arbeit oder Astralreisen etwas Rautentee. Im Voodoo-Kult ist die Raute eine heilige Pflanze der Liebesgöttin Erzulie. Mit den richtigen Beschwörungen kann sie unwiderstehlichen Liebeszauber

bewirken. Beim Räuchern verströmt Raute einen scharfen, krautig-fruchtigen Geruch. Raute mischt sich zum Räuchern gut mit Rainfarn, Thuja, Eisenkraut, Mohn, Stechapfel, Odermennig, Angelika u.a.

#### Ringelblume (Blüte)

Ringelblume (*Calendula officinalis*), auch Regenblume und Marigold genannt, wurde schon im 12. Jahrhundert von Hildegard von Bingen gegen Verdauungsstörungen und Ekzeme empfohlen. Avicenna nahm sie als Geruchsmittel gegen Ungeziefer. Im Volksglauben spielt die Ringelblume in vielen Ländern als Liebesmittel und Liebesorakel eine Rolle. Die Liebenden werden mit Ringelblume beräuchert, damit die Liebe Bestand hat. Ringelblume verströmt beim Räuchern einen krautigen Geruch. Ringelblume wird hierzulande angebaut, war aber wahrscheinlich ursprünglich in Südosteuropa, den kanarischen Inseln und im Orient beheimatet. Ringelblume mischt sich gut mit Besenginster, Bachminze, Arnika, u.a.

#### Rohrglanzgras (Samen)

Rohrglanzgras (*Phalaris arundinacea*), auch Canarygras oder Reed Gras genannt, war bereits im Altertum bekannt. In der Antike soll das Gras in bestimmter Zubereitung rituell zu Tierverwandlungen geführt haben, wobei unbekannt ist, ob dies durch Räucherung oder Einnahme möglich wurde. Die Indianer in Nordamerika rauchten das Gras mit anderen Substanzen in der Friedenspfeife. Im Handel sind Samen von *Phalaris arundinacea* erhältlich, um damit schamanistische Räucherungen durchzuführen, so wie es die Indianer zelebrierten. Die Medizinmänner vollführten Rituale, um Wesen aus anderen Dimensionen zu kontaktieren und so über das Geschehen der Welt zu erfahren. Die Samen wurden mit anderen Kräutern verbrannt und in dem aufgehenden Rauch konnten die Schamanen "lesen".

#### Rose (Blüte)

Bis ins Mittelalter spielte die Rose (*Rosa centifolia*) in der Medizin eine wichtige Rolle. Rose gehört unbedingt in alle Liebesräucherungen und ist unentbehrlich in arabischen Räucherungen. Sie verliert zwar beim Räuchern ihren typischen Duft, die Wirkung bleibt aber erhalten. Rosenräucherungen wirken antidepressiv und aphrodisierend. Sie stellt eine warme, weiche Atmosphäre her, in der Milde, Güte und Verständnis gedeihen können. Rose gilt als die Pflanze der Liebe schlechthin, dient zur Herzöffnung, um alle negativen Emotionen loszulassen, steht für Herzensliebe, liebevolle Zuneigung und vermittelt inneren Frieden. Sie hilft beim Loslassen schmerzhafter Erinnerungen und wirkt beruhigend, entspannend und gegen Nervosität. Da die Rose beim Räuchern fast ihren ganzen zart-blumigen Duft verliert, ist es ratsam, sie mit Lavendel, Salbei, Kamille, Nelke, Rittersporn u.a. zu mischen. Oft wird sie in Verbindung mit Harzen wie Weihrauch, Myrrhe oder Styrax verräuchert.

Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*): Triebspitzen; herzeröffnend und aphrodisierend, wirkt unterstützend bei Liebeserklärungen

Früher galt der Rosmarinbusch (*Rosmarinus officinalis*) als Wohnort der Feen und Elfen. Daher erklärt sich auch der Gebrauch des Rosmarins in der modernen Magie und im Okkultismus, wo er in Räucherungen zur Beschwörung gewöhnlich unsichtbarer Wesen, z.B. Naturgeister, verwendet wird. Er zählt mit zu den ältesten Pflanzen, die in Küche, Heilkunde und Magie gebraucht wurden. Rosmarin, der "Tau des Meeres", hat seit der Römerzeit Tradition als Räuchermittel.

Rosmarinräucherungen dienen der Reinigung und Klärung, vertreiben böse Geister, Dämonen und Teufel. Wenn die eigenen inneren Kräfte zu schwach sind, Lust, Antrieb und Freude verloren geht, weckt, schüttelt und muntert Rosmarin es auf, und stärkt die Bereitschaft, etwas zu tun. Er gibt die Klarheit und Kraft, Probleme anzupacken und aus dem Weg zu räumen und sich den täglichen Anforderungen zu stellen. Zum Ausräuchern von Haus, Hof und Stallungen und bei Zeremonien war Rosmarin schon bei den Ägyptern und Römern sehr beliebt. Rosmarin ist der Venus, Aphrodite, Freyja, Erzulie, den Göttinnen der Liebe geweiht. Es wurde magisch zum Liebeszauber, zur Gedächtnisstärkung und um Fruchtbarkeit zu bringen, genutzt. Auch soll es vor schlechten Schwingungen schützen und freudig stimmen. Vor Heilzeremonien nutzen Heiler Rosmarinwasser zum Waschen ihre Hände. Ein altes Duft- Rezept mischt Wachholder und Rosmarin, es soll die Genesung von Kranken fördern. Der typische Rosmarinduft ist auch beim Räuchern nicht zu verkennen. Rosmarin kann pur verräuchert werden, mischt sich aber auch gut mit Lavendel, Thymian, Basilikum, Kiefer, Zeder, Zimt, Wachholder, Melisse, Nelke, Kardamom, Koriander, Ysop u.a.

Ruchgras (*Anthoxanthum odoratum*): Blätter; wirkt entspannend und beruhigend

Salbei: Blätter; klärend, fördert die Konzentration, reinigt Räume von negativen Energien und auch Keimen. Salbei (*Salvia officinalis*) ist eine beliebte Heil- und Gewürzpflanze. Der lateinische Name leitet sich von "salvare" (heilen) ab. Seine antiseptische Wirkung ist lange bekannt, so wurde er u.a. zum Ausräuchern von Krankenzimmern verwendet. Er galt im Volkstum als Dämonen verscheuchendes und Geister bannendes Räuchermittel. Die Cumash-Indianer schätzten alle Salbeiarten sehr, es war mit eines der wichtigsten Räuchermittel. Heilige Orte und Kultplätze wurden damit beräuchert und von schädlichen Einflüssen befreit. Die Prärie-Indianer stellten aus Salbei, Sage, Bilsenkraut, Stechapfel und Minze eine medizinische Rauchmischung gegen Asthma und andere Lungenbeschwerden her. In England hielt man Salbei für das heilige Kraut, mit dem sich menschliches Leben verlängern lasse. Salbeiblätter sollen sich auch als Tabakersatz eignen und lassen sich mit Hanf kombinieren Sie können auch als Tee verwendet werden. Der krautige, aromatisch-harzige, frisch-würzige, kühle Duft getrockneten Salbeis fördert beim Räuchern den klaren Blick und geistige Weitsicht und bringt Frieden und Heilung. Salbei kann gut allein verräuchert werden, mischt sich aber auch gut mit Lavendel, Rosmarin u.a.

Schachtelhalm (Kraut)

Schachtelhalm (*Equisetum myrochaetum*), auch Zinnkraut, Fegekraut, Katzenschwanz und Scheuergras genannt, hat seinen Stellenwert in der Heilkunde und wird in vielerlei Hinsicht medizinisch genutzt. Neben vielen Mineralien und Spurenelementen, die Nägel, Haar und Bindegewebe kräftigen, enthält Schachtelhalm auch viel Kieselsäure. Beim Räuchern wirkt es aphrodisierend, stimulierend und anregend. man sagt, es soll sexuell anregend, Lust erzeugend und Potenz steigernd wirken, wenn der Rauch inhaliert oder ein Tee getrunken wird. Das Kraut wurde früher als Tabakersatz verwendet. Schachtelhalm wächst an Wegrändern, Gräben, Weiden und ist in Eurasien und Nordamerika verbreitet. Schachtelhalm mischt sich zum Räuchern gut mit Salbei Katzenminze, u.a.

### Schafgarbe (Kraut)

Schafgarbe (*Achillea millefolium*) ist eine alte Heil- und Zauberpflanze. Sie ist dem Planeten Venus und dem gehörnten Gott Achilles geweiht. Die Chinesen verwenden Schafgarbenstängel zum Werfen ihres I-Ging-Orakels. Der frische, süßlich-grasige, leicht kampferig duftende Rauch der Schafgarbe vertreibt negative Energien von einer Person, einem Ort oder Objekt. Sie zeigt, dass manchmal eine bittere Situation notwendig ist, um weiterzukommen, um zu lernen. Schafgarbe regt die Seele an, die Situationen, Ängste, Erinnerungen etc. zu verdauen, sich die Erfahrungen einzuverleiben, aber nicht mehr darunter zu leiden. Die Wunde heilt, und die wertfreie Erfahrung bleibt zurück. Schafgarbe hilft, die Extreme miteinander zu verschmelzen und ein Gleichgewicht herzustellen. Sie wird geräuchert, um Mut, Entschlossenheit und psychisches Bewusstsein zu fördern, um Hellsicht zu erleichtern und exorzistische Riten durchführen zu können. Schafgarbe mischt sich zum Räuchern gut mit Jasmin, Beifuß, Lavendel, Kamille, Ysop, Melisse, Raute u.a.

### Schöllkraut (Kraut)

Schöllkraut (*Chelidonium majus*), das auch Grindwurz genannt wird, stammt aus der Familie der Mohngewächse (*Papaveraceae*) und ist somit mit der Mohnpflanze verwandt. Bei Rechtsangelegenheiten oder zu Gerichtsverhandlungen sollte man Schöllkraut bei sich haben, denn es sichert einem das Wohlwollen des Richters oder der Geschworenen. Zu diesem Zweck wurde Schöllkraut auch oft verräuchert. Außerdem ist es ein starkes Schutzkraut, und durch das Räuchern soll der Schutzzauber aktiviert werden. Schöllkraut bewahrt vor Unglück und Unheil jeglicher Art, wehrt Dämonen und Teufel ab, macht Zauberer und Hexen machtlos und unterstützt Reisen in die Anderswelt, sagt man. Es ist nicht zum Verzehr geeignet.

### Sumpfporst (Kraut)

Der Sumpfporst (*Ledum palustre*), auch wilder Rosmarin, Brauerkraut, Porsch und Gruitkraut genannt, ist eine immergrüne, strauchartige Hochmoor-Pflanze des Nordens. Er gilt als eine Reliktpflanze aus der Eiszeit, denn er ist an feuchtes Klima angepasst. Obwohl der Sumpfporst in Europa auch als Heilmittel genutzt wurde, war er in erster Linie als berauschender Bierzusatz, dem so genannten Grutbier, und Ritualpflanze von Bedeutung. Die Schamanen der sibirischen Tungusen räucherten ihn zusammen mit Wacholder, um in Trance oder in den schamanischen Bewusstseinszustand zu verfallen. In der Räucherheilkunde wird Sumpfporst als Schlaf förderndes Mittel am Abend verräuchert. Es wurde festgestellt, dass er die Schlafzeit verlängert und hilft, innere Ruhe zu finden. Außerdem wird die Räucherung zur Abtreibung und bei Keuchhusten eingesetzt. Wegen seiner abortiven Wirkung sollte er nicht während der Schwangerschaft eingesetzt werden. Sumpfporst mischt sich zum Räuchern gut mit Bilsenkraut, Rosmarin, Wacholder, Rose, Thuja, Zeder, Weihrauch u.a. und lässt sich auch sehr gut pur verräuchern. Sumpfporst ist nicht zum Verzehr geeignet.

### Tanne (Harz)

Tannenharz ist als "Canadabalsam" und "Straßburger Terpentin" im Handel, kann aber auch selbst gesammelt werden. Die Tanne war für die Kelten und Germanen ein Schutzbaum, der vor dem krankmachenden Einfluss dämonischer Kräfte schützte. Tannenharz hat einen balsamisch-grünen Duft, es reinigt und verbessert die Luft. Tanneräucherungen stärken die Nerven, machen kräftig, mutig und psychisch widerstandsfähig. Man räuchert damit in Krankenzimmern, um die Kraft



zur Gesundheit des Patienten zu stärken. Es hilft bei Husten und Bronchialverschleimung. Die Tanne ist auch eine typische Schutzräucherung. Tanne mischt sich zum Räuchern gut mit Fichte, Kiefer, Lärche, Zeder, Lavendel, Rosmarin u.a.

#### Taubnessel (Kraut)

Die Taubnessel (*Lamium album*), auch Löffelblume, Kuckucksnessel und Bienensang genannt, wurde schon von Matthiolus und Bock zu Heilzwecken verwendet. Um die Atmosphäre von Räumen und Zimmern zu klären und zu reinigen, wird Taubnessel verräuchert. Durch ihre Frische bringt sie neue Energie ins Haus. Die in Mitteleuropa und Westasien beheimatete Taubnessel mischt sich zum Räuchern gut mit Lavendel, Pfefferminze, Bachminze, Salbei, Rosmarin, Thymian, Melisse u.a.

#### Thymian (Kraut)

In der Neuzeit galt Thymian (*Thymus vulgaris*), auch Immenkraut, Gartenthymian und Demut genannt, als der Feind des Giftes. Deshalb wurden mit Thymianbüscheln Krankenzimmer ausgeräuchert. Mit Thymianbüscheln wurden Tempel und heilige Orte geweiht. In Esoterikzirkeln wird Thymian zur Reinigung von Ritualräumen oder Kultplätzen und zur Steigerung der Hellsichtigkeit verräuchert. Er eignet sich besonders für Abendräucherungen. Thymian wird der Venus zugeordnet und wirkt kräftigend und stärkend. Thymian leitet sich vom griechischen "Thymos" (Mut) ab und kann ängstlichen Menschen helfen, ihren Willen zu erkennen und durchzusetzen. Es hilft bei allen seelischen Schwächezuständen, schenkt einen starken Willen, stärkt das Selbstvertrauen und den Mut zur Tat und hilft, mit Schwierigkeiten umzugehen. Sein starker, krautiger und warmer Duft kann innerlich erwärmen und wach machen. Er unterstützt in Krisenzeiten, wenn Durchsetzungsvermögen besonders gefragt ist. Er wird in kleinen Mengen einer Kräutermischung zur Reinigung und Stärkung beigefügt. Thymian sollte gerade in Krisenzeiten in keiner Räucherung fehlen und passt dann gut zu Drachenblut. Der typische Thymiangeruch lässt sich durch Räuchermischungen mit Rosmarin, Melisse, Schwarzkümmel, Pfefferminze, Tausendgüldenkraut, Schlüsselblume, Sternanis, Spitzwegerich, Sonnenhut u.a. wesentlich verfeinern.

#### Wacholder (*Juniperus communis*)

Triebspitzen, eventuell auch Beeren; reinigend und keimtötend, klärt den Geist und schützt ihn vor bösen Mächten, daher gut für die Raunächte. Wacholder, aus der Familie der Zypressengewächse, auch Krammetbeere und Feuerbaum genannt, ist vielleicht eines der ältesten, bekannten Räuchermittel der Menschheit. Es gibt etwa 40 Wacholderarten, darunter Arten die im Himalaja bis in eine Höhe von 6.000 Metern wachsen. Verwendet werden die Nadeln und Zweigspitzen sowie das Harz. In alten Kulturen, von denen man weiß, dass Wacholder ihnen bekannt war, wurde er als heilig verehrt. Ihm werden bestimmte magische Kräfte zugeschrieben, die ihn als Schutz- und Lebensbaum auszeichnen. Sein Holz, die Zweige oder Beeren werden seit prähistorischer Zeit für kultische und medizinische Räucherungen verwendet. Der Name *Juniperus* ist schon bei den Römern in Gebrauch gewesen und ist abgeleitet vom lateinischen "juvenis" (Jugendlicher) und "parere" (gebären), was auf die abtreibende Wirkung der Beerenzapfen zurückzuführen ist. Aus dem Bayerischen kommt die Bezeichnung Kranewitt (Kranewitter, Kranewitterbeere), die aus dem Althochdeutschen "krano" (Kranich) und "witu" (Holz) entstanden ist. In

Sagen, Märchen und Liedern galt der Wacholder (der Machandel ist eine Variante) früher als rätselhaftes, geheimnisvolles Gewächs und schützte vor Hexen, Zaubern und anderen dämonischen Wesen. Auf Friedhöfen (er ist ein Baum der Toten wie die Eibe) und ums Haus gepflanzt diente er als Schutz vor Hexen und bösen Geistern. Wacholder ist übrigens das einzige Gewürz aus der Gruppe der Nadelgehölze. Der fruchtige, balsamig frische Duft ist wohltuend und stärkend. Wacholderharz ist allerdings selten, da der Baum nur selten und wenig Harz absondert. Mehr im Gebrauch ist das Holz, die Spitzen und Beeren. Der Wacholder ist eine traditionelle Räucherpflanze der nordamerikanischen Indianer. Die Schamanen verräucherten Wacholderbeeren bei ansteckenden Krankheiten, als Schutz vor Ansteckung und giftigen Schlangen. Im Mittelalter hieß es, dass besonders krankmachende Dämonen von seinem Rauch ferngehalten werden, und man hat die Beeren bei Begräbnissen verbrannt, um Geister und Teufel von der Seele des Verstorbenen fernzuhalten. Sie gelten als starker Lichtenergieträger, stärken Aufmerksamkeit und Mut, wirken belebend, anregend und aktivierend. Mit Wachholderräucherungen wollte man sich von schädigenden Einflüssen fernhalten. Wacholder gehört zu den wichtigsten tibetischen Räucherstoffen und wird in vielen Mischungen verwendet. Wachholderräucherungen gelten seit frühester Zeit als Schutzmittel gegen Ansteckungen. So wurden zur Zeit der großen Pestepidemien in den Städten Wacholderfeuer entzündet. In der Himalajaregion gilt der Wacholderbaum als heilig. Er hat hohe kultische Bedeutung und wird bei vielen Ritualen und Zeremonien eingesetzt. Auch in der tibetischen Medizin wird Wacholder zur Vorbeugung und Heilung von Krebs geschätzt. Wacholderbeeren können gut pur verbrannt werden, eignen sich aber auch für Mischungen mit Sandelholz, Sage, Steppenraute, Damiana, Zeder, Mastix, Galbanum, Elemi, Benzoe, Kiefer u.a. Wacholderholz ist ein sehr direktes Räuchermittel. Es schützt Körper, Seele und Geist vor allem Negativen. Es gibt Stärke und Zuversicht, hilft Emotionen loszulassen, die abhängig machen und Versklaven. Wacholderholz reinigt die Gefühlswelt, wenn man von anderen Menschen schlechte Schwingungen abbekommen hat. Wacholder soll die Aufmerksamkeit stärken. Er macht (wie sein Name sagt) wach und soll sogar die Gabe der Prophezeiung verleihen. Wacholder-Räucherungen eignen sich besonders gut für die Rekonvaleszenz, um Menschen und Räume mit neuer Lebensenergie aufzuladen. Der würzig, holzige Geruch verbreitet eine gemütliche Atmosphäre, die Ruhe und Sicherheit gibt. Wacholder trägt Licht in dunkle Räume und hilft schwierige Situationen neu zu betrachten. In der Volksmedizin wurde Wacholderholz bei diversen Leiden verwendet. Es soll helfen, Harnsäureablagerungen in den Gelenken abzubauen und bei Quetschungen und Geschwülsten wirksam sein. In der Tiermedizin soll es gegen Zecken und Flöhe hilfreich sein. Der frische, balsamische, leicht terpentinähnliche Duft von Wacholderholz mischt sich zum Räuchern besonders gut mit Rosmarin, Thuja, Rhododendron, Zimt, u.a.

### Weidenröschen (Kraut)

Die Schamanen der Chuj-Indianer verwenden Weidenröschenkraut (*Epilobium angustifolium*) zum Einlegen von Fliegenpilz. Wenn sie von einem Patienten konsultiert werden, rauchen sie eine Mischung aus den Fliegenpilzstückchen, Tabakblättern und Weidenröschen. Durch den Rauch versetzen sie sich in eine Art Trance, in der sie die Krankheitsursachen erkennen können und in der sie besondere Heilkräfte freisetzen. Wer Geister rufen will, der mischt zerstampftes Weidenröschen mit Sandelholz und räuchert diese Mischung bei abnehmendem Mond, heißt es. Weidenröschen wirkt Halluzinations verstärkend und intensivierend.

Als Tee wirkt es beruhigend und entspannend und führt ins Land der freudigen Träume. Weidenröschen mischt sich zum Räuchern gut mit Bärentraube, Katzenminze, Gifflattich u.a.

Weißdorn (Blüte, gerebelt)

Weißdorn (*Crataegus oxyacantha*), auch unter dem Namen Hagedorn, Heckedorn und Zaundorn bekannt, wurde im Mittelalter arzneilich verwendet. Weißdornzweige wurden im Volksbrauch über Stall- und Haustür genagelt, um Hexen und Zauberern den Eingang zu verwehren. Er wurde als lebender Zaun genutzt, um unerwünschte Tiere und Menschen abzuhalten. Ein Amulett aus Weißdorn sollte als abwehrendes Mittel alle Krankheiten fernhalten. Weißdorn diente schon seit langer Zeit zu Reinigungszeremonien. Die Kranken wurden damit beräuchert, und so sollten sie ihre Krankheiten abschütteln und abstreifen. Dieser Brauch war schon bei den Priesterinnen der Hethiter bekannt. Weißdorn lässt sich gut mit Rose, Salbei, Muskatellersalbei, Sadebaum, Melisse, Kreuzblume, Alraune, Himbeere, Wacholderbeere, Zimt, Herzgespann, Eisenkraut u.a. verräuchern.

Wermut (Kraut)

Wermut (*Artemisia absinthium*), auch Absinth, Artenheil, Eberreis, Heilbitter und Wurmbraut genannt, war schon im alten Ägypten eine bekannte Heilpflanze. Wermut regt beim Räuchern den gesamten Fluss der Lebensenergie wieder an. Die konzentrierte Kraft von Wermut führt wieder heraus aus Dunkelheit und Verbitterung, hin zur Sonne und Süße des Lebens. Er wirkt klärend und sensibilisierend auf den Geist. Für Orakel- und Schutzzeremonien kann Wermut mit Lorbeer, Safran, Rosmarin und Beifuß verräuchert werden. Wermut ist ein hervorragender Geisterbanner, so wurde er Kindern in die Wiege gelegt, um ihnen den Schlaf zu erleichtern und um Kobolde fernzuhalten. Die Bauern räucherten mit ihm die Ställe aus, damit das Vieh vor Verhexung geschützt war. Wermut wirkt sehr stark auf die Nerven und wird daher selten allein verwendet. Er mischt sich zum Räuchern gut mit Lorbeer, Rosmarin, Pfefferminze, Krauseminze, Beifuß, Tausendgüldenkraut, Schafgarbe, Lavendel u.a.

Ysop (*Hyssopus officinalis*): Blühendes Kraut; desinfizierend in Zeiten von Ansteckungsgefahr, geistig klärend, stärkt die innere Einstellung

Bei den Hebräern galt Ysop (*Hyssopus officinalis*), auch als Bienenkraut, Chilchsuppe, Duftisoppe, Hisopo oder Söpli bekannt, als das heilige Kraut. Ysop galt als reinigend, klärend und erfrischend. Er wird in Räucherungen zum Klären der Gefühle und Motive zusammen mit Zypresse, Weihrauch und Zeder verbrannt. Beim Reinigen und Segnen von Räumen, heiligen Gegenständen und Gärten wie auch bei Anrufungszeremonien soll er sehr wirksam sein. Der Duft, eine süße, kampferähnliche Obernote und ein warmer, würzig-krautiger Unterton wirkt sehr anregend, bricht das Eis, wenn die Seele vor Kälte erstarrt ist, macht den Kopf frei, wirkt Konzentrations- fördernd und lässt bei Kopfarbeit länger durchhalten. Ysop eignet sich, um Schwierigkeiten und wirre Gedanken zu ordnen. Ysop mischt sich zum Räuchern gut mit Lavendel, Rosmarin, Salbei, Muskatellersalbei, u.a.

# Räuchern zu den Jahresfesten

## Samhain – Allerseelen – Hexenneujahr

31.Okt./1.Nov. oder November Neumond

Thema:

Der neue Zyklus beginnt. Er beginnt mit dem Sterben, denn nur durch Loslassen kann Neues entstehen. Danach fängt die Zeit des Ruhens und Träumens an, die Zeit, in der wir er-träumen, er-schaffen, um dann zum Julfest (Wintersonnenwende) neu geboren zu werden.

Persönliche Fragen zu Samhain:

Was brauche ich nicht mehr und kann es jetzt loslassen?

Was will in mir sterben, um Platz für Neues zu schaffen?

Welche meiner Ahnen unterstützen mich?

Mit welchen Ahnen ist noch eine Aussprache nötig?

Räucherpflanzen:

Wacholder, Eibe, Holunderblüte, Beifuß, Salbei, Bartflechte, Fichtenharz, Engelwurz, Eisenkraut.

Orakel:

Alraunenwurzel, Bilsenkraut, Hanf und Schafgarbe.

## Julfest – Wintersonnenwende

21. Dezember

Thema:

Es ist die längste, dunkelste Nacht, die das Leben gebiert.

Persönliche Fragen zum Julfest:

Was will von mir geboren werden, was will ans Licht?

Welches Talent will von mir erträumt, geboren werden?

Räucherpflanzen:

Alantwurzel, Beifuß, Fichtenharz, Ilexbeeren (Stechpalme), Johanniskraut, Mariengras, Mistel, Nelke, Rosenblätter, Zimt. (Weihrauch oder Myrrhe).

## Rau(ch)nächte

Nacht vom 25/26 Dez. bis 6. Jänner

Thema:

Es ist die Zeit zwischen der Zeit. Höhepunkt des Orakeljahres. Jede Nacht der zwölf Nächte steht für einen Monat des folgenden Jahres. Eine andere Tradition ist es, in den ersten sechs Nächten das Vergangene abzuschließen, um dann in den folgenden sechs Nächten das Kommende zu Visionieren.

Räucherpflanzen:

Am Tag schützend, Beifuß, Engelwurz, Eschensamen, Fichtenharz, Holundermark/Beeren, Lavendel, Mistel, Salbei.

Orakel:

Alraune, Beifuß, Bilsenkraut, Lorbeer, Mistel, Schafgarbe.

# Lichtmess – Imbolc

1./2. Februar

Thema:

Imbolc, oder auch Brigid ist ein Weihe- und Reinigungsfest. Es ist ein stilles Fest, ein Fest des Berührt Werdens vom jungen Licht des Tages.

Persönliche Fragen zum Julfest:

Was will von mir gereinigt bzw. bereinigt werden?

Welches neue Talent/Thema habe ich zum Julfest geboren, das ich jetzt begrüßen darf?

Was ich erträumt habe, wird jetzt für mich spürbar?

Wie kann ich es stärken?

Räucherpflanzen:

Alant, Beifuß, Fichte, Lavendel, Minze, Rosmarin, Salbei, Schafgarbe, Thymian, Wacholder.

## OSTARA

Frühlings Tag- und Nachtgleiche

20. – 23. März

Thema:

Der Keimling ist durch die Erde gestoßen. Er entfaltet seine Keimblätter und genießt das Licht der Sonne. Er braucht jetzt Pflege. Das Samenkorn in uns, das wir zu Samhain in uns erträumt, zum Julfest geboren und zu Brigid begrüßt haben, fängt jetzt an, aus dem dunklen Grund unserer Seele zu sprießen und in die Welt hinein sichtbar zu werden.

Persönliche Fragen zu Ostara:

Wie kann das junge Pflänzchen in mir in die Welt hinein sichtbar werden? Welche Nahrung, Pflege, Raum braucht es?

Räucherpflanzen:

Alantwurz, Engelwurz, Thymian, Lavendel, Rose.

## WALPURGIS - BELTANE

30. April/1. Mai Mai Vollmond

Thema:

Ein Fest der Lust, der Freude, der Ekstase, wo wir um das Feuer tanzen, um die Wette fliegen und über unseren Schatten springen! Frage nichts! – feiere Dich pur!

Räucherpflanzen:

Hanf, Mohn, Muskatellersalbei, Rose, Bilsenkraut, Eibe, Thuja.

## LITHA – SOMMERSONNENWENDE

21. Juni

Thema:

Alles was gesät wurde, steht jetzt in voller Blüte und will hin zur Reife wachsen.

Persönliche Fragen zu Litha

Bin ich dieses Jahr erblüht?

Kann in mir und durch mich Frucht reifen?

Was ist in mir erblüht?

Räucherpflanzen:

Alantwurzel, Beifuß, Dost, Angelikawurzel, Johanniskraut, Rose, Thymian.

## LHUGNASAD – SCHNITTERFEST

31. Juli/1. August

Thema:

Der Kornkönig Lugh gibt sich hin, um die Menschen zu nähren. Aus der ersten Ernte wird das Gebildebrot gebacken, das oft die Form der Unendlichkeitsschleife (Bretz`n), der Sonne oder der Spirale hat.

Persönliche Fragen zu Lhugnasad

Muss ich meine Frucht schützen?

Wie kann ich sie behüten und stärken?

Räucherpflanzen:

Alantwurzel, Dost, Eberraute, Muskatellersalbei, Rose, Wermut, und spezielle Wetterpflanzen für Wetterzauber wie Beifuß, Johanniskraut, Rainfarn, Königskerze.

## MABON – HERBST- TAG UND NACHTGLEICHE

20. – 23. September

Thema:

Die Ernte ist eingebracht, Erntedank.

Persönliche Fragen:

Was ist meine Frucht und Ernte dieses Jahr?

Was sind meine Gaben, wo kann ich mich ganz und gar verschenken?

Wo ist meine Fülle, die sich im Schenken vermehrt. Ein sich Verströmen.

Räucherpflanzen:

Segnend – Alantwurzel, Johanniskraut, Lärchenharz, Lavendel, Süßgras, Rose.

## Zuordnung der Pflanzen nach ihren magischen Kräften

### Heilungsmagie und Gesundheitszauber ( )

Amarant, Angelika, Apfel, Arnika, Aronstab, Brombeere, Bockshornklee, Distel, Eberesche, Gänseblümchen, Gerste, Gewürznelke, Goldrute, Heilziest, Hirtentäschel, Hopfen, Huflattich, Johanniskraut, Kalmus, Kiefer, Knoblauch, (Kuhsschelle), Lebensbaum, Lein, Lorbeer, Meisterwurz, Melisse, Pfefferminze (Quendel), (Rainfarn), (Rittersporn), Rosmarin, Roskastanie, Salbei, Sauerampfer, Sauerklee, Schneeball, (Schwarzer Senf), (Sonnenblume), Spitzwegerich, (Storchenschnabel), (Thymian), Veilchen, Wacholder, Weinraute.

### Schutzzauber

Akazie, Alant, Amarant, Andorn, Angelika, Anis, Arnika, Basilikum, Beifuß, Berberitze, Breitwegerich, Brombeere, Dill, Distel, Eberesche, Efeu, Eibisch, Eisenkraut, Esche, Geißraute, Gerste, Ginster, Heidelbeere, Heidekraut, Heilziest, Schwarzer Holunder, Hyacinthe, Immergrün, Johanniskraut, Kiefer, Klee, Klette, Knoblauch, Königskerze, Kreuzdorn, Kümmel, Kürbis, Lavendel, Lebensbaum, Lein, Linde, Löffelkraut, Löwenmäulchen, Majoran, Malve, Mannstreu (Reiseschutz), Meisterwurz, Mutterkraut, Nessel, Petersilie, Pfeffer, Pfennigkraut, Pfingstrose, Quendel, Rettich, Rhabarber, Ringelblume, Rittersporn, Salbei, Sanddorn, Schilfrohr Schlüsselblume, Schöllkraut, Schwertlilie, Stechpalme, Storchenschnabel, Taubnessel, Tomate, Tormentill, Ulme, Wacholder, Weißdorn.

### Liebeszauber

Alant, Apfel, Aprikose, Aster, Baldrian, Basilikum, Bohne, Dill, Eisenkraut, Estragon, Gänseblümchen, Gerste, Haselstrauch, Heilziest, Schwarzer Holunder, Huflattich, Immergrün, Jasmin, Kamille, Kardamom, Katzenminze, Kirsche, Klatschmohn, Klee, Königskerze, Koriander, Kornblume, Lavendel, Leberblümchen, Lein, Liebstöckel, Linde, Lobelie, Majoran, Malve, Mannstreu, Melisse, Nelkenwurz, Paprika (rot), Preiselbeere, Ringelblume, Rose, Rosmarin, Rote Rübe, Sanikel, Schafgarbe, Schwertlilie, Stiefmütterchen, Storchenschnabel, Tomate, Vogelmilch, Wacholder, Weinraute.

### Sinnlichkeitszauber, Lustzauber

Aronstab, Gänseblümchen, Haselstrauch, Kardamom, Karotte, Koriander, Kuhsschelle, Majoran, Mannstreu, Olive, Paprika, Petersilie, Pfeffer, Rettich, Rosmarin, Safran, Sanikel, Sellerie, Sesam, Spargel, Veilchen.

### Fruchtbarkeitszauber

Ackerschachtelhalm, Bohne, Buche, Eiche, Gänsefingerkraut, Gerste, Hafer, Karotte, Kiefer, Olive, Quecke, Rose, Safran Sauerampfer, Schöllkraut, Sonnenblume, Storchenschnabel Veilchen, Walnuß, Weinstock

### Reinigungszauber beschwörende und bannende Magie

Akelei, Anis, Baldrian, Basilikum, Birke, Eisenkraut, Erdrach Geißraute, Heilziest, Schwarzer Holunder, Kamille, Lavendel, Löffelkraut, Löwenzahn, Lorbeer, Mutterkraut (Abwehrzauber) Nelkenwurz, Petersilie, Pfefferminze, Pfingstrose, Quendel, Ringelblume, Rosmarin, Schneeball, Tormentill (Verzauberung) Thymian, Walnuss (zerteilend)

## Sympathiemagie. Binde- und Trennzauber

Ackerschachtelhalm (Schlangen), Akelei (Anaphrodisisch), Andorn, Aronstab (Berührung), Beinwell (a), Bohne, Borretsch (Mut), Brombeere, Buche (Wünsche. Kreativität), Efeu (Freundschaft. Treue) Eibe (Geister, Auflösend) Eibisch (öffnend), Eisenkraut (Verträge, Bündnisse) Esche (Stärke, Kraft), Espe (Sprache, Geheimnisse) Estragon (Jagd), Ginster (Energie. Vitalität) Haselstrauch (Wahrheit) Immergrün (Erinnerung) Kalmus, Kamille (Träume) Kampfer (Jungfäulichkeit) Katzenminze (Katzen) Klette, Kreuzdorn (Wünsche) Kümmel (Überzeugungskraft) Lärche (Positive Energie, Reichtum) Lebensbaum (Langlebigkeit) Linde (Unsterblichkeit) Löwenzahn (Wünsche) Löwenmäulchen (Gerechtigkeit) Maiglöckchen (Harmonie) Mandelbaum (Reichtum, Weisheit) Mannstreu (Frieden) Mariendistel (Reptilien) Meisterwurz (Mut) Melisse (Hoffnung) Myrrhe (Spiritualität) Olive (Frieden) Passionsblume (Harmonie) Pfennigkraut (Humor) Quecke (Zähigkeit) Quitte (Weisheit) Quendel (Wünsche) Rhabarber (Wohlwollen) Rittersporn, Salbei (Weisheit, Wissen, Wünsche) Sanddorn (Gerechtigkeit. Wegweisend) Sanikel (Wissen) Schilfrohr (Träume, Harmonie) Schlehdorn (Lähmung Zerstörung) Schneeball, Schwertlilie, Sennesblätter (Schlaf. Klärung) Sesam, Sonnenblume (Wünsche) Spitzwegerich (Ausdauer, Schlangen) Stechpalme (Kreativität Imagination. Traumkraft) Tausendgüldenkraut (Halten) Thymian (Schlaf Mut) Tomate (Wohlstand) Veilchen (Wünsche. Reden) Vogelmiere (Frohsinn).

Magische Wirkung, auf Mentale (a). Psychische (b) Physische Energie (c) Akazie ([Mischen), Alant (b), Angelika (Hellsehen) Augentrost (Hellseher, Orakeln) Bärentraube (b) Beifuß (Hellsehen) Borretsch (b) Buche (Orakel) Distel (c, Langlebigkeit) Eibisch (a.b.c Kraft) Eiche (Hellsehen) Fenchel (a.b) Hasel (Weissagung, Orakel) Schwarzer Holunder (a.b.c) Huflattich (Hellsehen) Immergrün (b) Jasmin (Prophetie) Kampfer (Hellsehen) Kirsche (Hellsehen) Löwenzahn (Divination) Lorbeer (b. Ausdauer) Maiglöckchen (b) Mais (Vorhersehung) Malve (b) Meisterwurz (c Ausdauer) Nessel (Hellsehen) Pfeffer (c) Pfefferminze (Divination) Quendel (a) Rainfarn (a,b.c. Langlebigkeit) Ringelblume (b) Rose (Hellsicht) Salbei (a-b. Langlebigkeit) Salomonssiegel (a.b) Sellerie (b.c) Stiefmütterchen (Hellsehen) Weinraute (Kraft- a + b) Weinstock (a)

## Geldzauber (a) und Glücksmagie b)

Aloe (b) Beinwell (a) Brombeere (a) Bockshornklee (u) Erdrauch (a) Ginster (a) Hafer (a) Heidekraut (b) Hyacinthe (b) Jasmin (a) Kamille (a) Klatschmohn (b) Klee (a.b) Kreuzdorn (b) Lärche (b) Linde (b) Mandelbaum (a) Mais (b) Quecke (a) Rosskastanie (a\_b) Sanikel (a) Sauerampfer (a) Sauerklee (b) Schneeball (a) Schöllkraut (b) Schwarzer Senf (a. b) Sesam (a) Stechpalme (b) Veilchen (b) Walnuß (a) Weißdorn (b)

## Elementemagie und Naturzauber

Amarant (Unsichtbarkeitszauber) Andorn (Blitzkraft) Beifuß (Mondmagie) Beinwell (Erdmagie) Birke (Neubeginn allgemein) Eberesche (Drachenmagie) Eibe (Tod) Estragon (Jagdzauber) Frauenwurz (Neubeginn Frau/ Kind) Gänsefingerkraut (Schlangenmagie) Geißbraute (Luftmagie) Gundelrebe, (Veränderung- Neubeginn auf geistigen Ebenen) Heidelbeere (Verwandlungszauber) Schwarzer Holunder (Tod, Neubeginn auf physischen Ebenen) Jasmin (Mondmagie) Katzenminze (Katzenmagie) Kirsche (Initiation) Klatschmohn (Verwandlungszauber) Kornblumen (Magische Sicht, Andersweltreisen aktiv) Kürbis (Andersweltreisen passiv) Lobelie (Windmagie) Lungenkraut (Luftenergie) Mais (Regenzauber) Mariendistel



(Feuermagie, Reptilienmagie) Meerzwiebel (Magische Sicht) Osterluzei  
(Veränderungen, Neubeginn in mentalen Ebenen) Paprika grün (Erdkraft) Quecke  
(Erdmagie) Quitte (Tod Geburt auf allen Ebenen) Safran (Windzauber) Schafgarbe  
(Hexensicht) Schlehdorn (Dunkle magische Energien überwiegen) Spitzwegerich  
(Schlangemagie) Stiefmütterchen (Regenzauber) Weinstock (Pflanzenmagie)  
Weißdorn (Wassermagie)

#### Literatur:

Bader Marlies: Räuchern mit heimischen Kräutern  
Huber/Schmidt: Das große Buch vom Räuchern  
Rätsch Christian: Räucherstoffe – Der Atem des Drachen  
Fischer – Rizzi: Botschaft an den Himmel

#### Homepage:

<http://www.die-dunkle-dimension.de/p-magrb.htm>