

Wir räuchern in den Frühling

Das Räuchern mit
Kräutern, Hölzern und
Harzen ist eine uralte
Tradition – auch zu Ostern



Räuchern ist in Pandemiezeiten so beliebt wie lange nicht. Kein Wunder, sollen sich damit doch Sorgen und schlechte Stimmung „in Luft auflösen“. Fotos: colourbox/privat

VON VALERIE HADER

Das Ritual des Räucherns ist in fast allen Kulturen und Religionen bekannt, hierzulande praktiziert man den Brauch vor allem in den Nächten rund um Weihnachten. „Aber es macht zu jeder Zeit Sinn, vor allem dann, wenn man das Gefühl hat, dass sich negative Energien und dicke Luft angesammelt haben“, sagt Hannelore Kleiß. Und das trifft vermutlich zurzeit auf fast jeden Haushalt zu, hat die Pandemie doch bei den meisten Menschen Ängste und Sorgen ausgelöst“, sagt die Mühlviertlerin, die auch ein Buch übers Räuchern geschrieben hat, das bereits in der fünften Auflage erscheint.

„Das Interesse am Räuchern sei denfalls so groß wie schon lange nicht mehr.“

„Kein Wunder, denn im Grunde wollen wir damit ja erreichen, dass sich schlechte Stimmung im härtesten Sinne des Wortes in Luft auflöst“, sagt die Expertin und er-

klärt Punkt für Punkt, wie man das am besten anstellt.

■ Wann wird geräuchert?

„Da gibt es keine festen Regeln. Vereinfacht gesagt: Immer wenn mir danach ist, hat es auch Sinn“, sagt Kleiß. Für sie selbst ist das Räuchern zu Ostern auch Teil des Frühjahrsputzes. „So wird das Haus nicht nur von Staub und Schmutz befreit, sondern auch von schlechten Erinnerungen.“

■ Womit wird geräuchert?

Weihrauch könne man immer verwenden, „oder auch Rosenweihrauch, da hat man den Rosenduft gleich mit dabei“. Auch Salbei eigne sich sehr gut. „Das muss übrigens nicht der teure weiße Salbei sein, der gerade so in ist – der

normale, der bei uns wächst, tut's genauso, denn die Wirkung ist ganz ähnlich“, sagt Hannelore Kleiß.

Darüber hinaus empfiehlt die Kräuterexpertin Fichtenharz zum Räuchern. „Oder auch Johanniskraut und Lavendel – beide Pflanzen gelten als entspannend, beruhigend und reinigend.“



„Räuchern macht zu jeder Zeit Sinn – und ganz besonders dann, wenn man das Gefühl hat, dass sich negative Energien und dicke Luft in den Räumen angesammelt haben.“

■ Hannelore Kleiß, Räucherexpertin aus St. Georgen/G.

■ Wie wird geräuchert?

Am besten vermischt man die Kräuter mit Harz (Weihrauch oder Fichte), weil sie sonst sehr schnell verbrennen würden. Die Räucher Mischung selbst sollte man auf einer speziellen Kohle, die lange glimmt, entzünden. „Wichtig dabei: Es muss sich Rauch bilden und der soll unbedingt auch in alle Ecken des Raumes vordringen. Anschließend ausgiebig lüften, damit alle negativen Energien abziehen können.“

■ Was bringt's?

Beim Räuchern geht es zum einen darum, Altes und Belastendes loszuwerden, aber auch Platz für Neues zu schaffen. „Ursprünglich war es auch eine Bitte um Segen für das Haus und die Menschen, die dort wohnen. Das erreicht man etwa damit, dass man in jedem Raum ausspricht, was man sich herbeisehnt: Frieden, Gesundheit oder auch, dass es gelingt, immer wieder aufeinander zuzugehen.“

