Ein altes Handwerk für alle Sinne

Vortrag | Von Ingeborg März erfahren die Faßmannsreuther Gartenfreunde Tipps und Tricks über ein uraltes Ritual: Die Räucherkunst. Sie soll helfen, Abstand von der Hektik zu gewinnen.

Von Deborah Feiler

Faßmannsreuth – Ein faszinierender Kurs über das Räuchern lockte etliche Interessenten in das Feuerwehrhaus nach Faßmannsreuth. Anhand praktischer Übungen sammelten sie dort erste Erfahrungen mit den magischen Düften. Als Referentin hatten sich die Faßmannsreuther Gartenfreunde Ingeborg März aus Wendelstein eingeladen.

Nebelfeine, aromatische Rauchschwaden zogen durch den Raum und schärften die Sinne für die Kunst des Räucherns mit Harzen, Kräutern, Hölzern und Gewürzen. „Das Räuchern ist so alt wie das Feuer", sagte Ingeborg März. Diese Art des Räucherns habe aber nichts mit der Haltbarmachung von Lebensmitteln zu tun, wie anfangs einige der Teilnehmer meinten.

Seit vorchristlicher Zeit seien Räucherrituale in allen Kulturen der Erde bekannt. Bei vielen Naturvölkern spielten sie bis heute eine maßgebliche Rolle im Alltag, und selbst in Bayern seien alte Traditionen wie die des Ausräucherns der Viehställe an bestimmten Tagen um die Jahreswende gebräuchlich. Die Kunst ziele auf die psychische Ebene des Menschen ab, sie bewirke sozusagen eine spirituelle Inspiration von oben, die nach unten zur eigenen Erdung gelenkt werden kann.

Esoterik nicht gern gehört

Das Wort Esoterik hört die Referentin in diesem Zusammenhang übrigens nicht so gern, vielmehr sieht sie das Räuchern als Handwerk der Sinne, das eine Steigerung des Wohlbefindens, gerade auch in schwierigen Lebenssituationen bewirken kann. Viele Räucher-Materialien oder -Mischungen zielten auf bestimmte Körperregionen ab und ermöglichen im hektischen Diesseits eine wohltuende und beruhigende Verbindung zur transzendenten Welt.

Verschiedene Räuchergefäße, Schalen und Stövchen sowie Räuchermittelträger wie Kohle, Kräuterpresslinge oder spezielle Räuchersiebe wurden vorgestellt und deren Verwendung und Pflege erläutert.

Ingeborg März beschäftigt sich seit über zehn Jahren eingehend mit diesem Bereich der Naturmedizin und wusste die Zuhörer mit immensem Fach- und Hintergrundwissen zu beeindrucken. Bei den anschließenden Räucherproben durften die Kursteilnehmer ihre Nasen und Sinne einsetzen. Blüten wie Lavendel, Harze wie Weihrauch, Myrrhe oder Dammar und auch Sandelholz und Rosenblätter entfalteten ihre heilsame Wirkung. „Wichtig ist", so März, „sich in die Duftwelten hinein zu spüren, die Augen zu schließen und die Aromen wirken zu lassen".

Tatsächlich spürten schon nach kurzer Zeit, welcher Duft welche Körperregion beeinflusst. Pfefferminze beispielsweise stimmt heiter und fröhlich, gibt neuen Schwung, klärt Sinne und Geist und hilft häufig auch gegen Kopfschmerzen. Patchouly sei der „Red Bull" unter den Kräutern, seine Wirkung erdet, ist tief, dunkel und sinnlich und kann auch ein „schwebendes Gefühl" verleihen. Weihrauch hingegen habe eine desinfizierende Wirkung. Er hilft, in sich zu gehen und verlangsamt die Atmung.

Immer häufiger würden die Düfte in der Therapiearbeit eingesetzt, da sie verschüttete Erinnerungen ans Licht holen könnten.

In Vergessenheit geraten

Leider sei die Räucherkultur im privaten Bereich etwas in Vergessenheit geraten, teils auch, weil die Arbeit mit Kräutern und anderen Naturmaterialien oft noch mit den schrecklichen Exzessen der Hexenverbrennungen in Verbindung gebracht wird.

Ein spürbarer Trend ist aber in der Neuzeit die Hinwendung zu ganzheitlichem Denken und Handeln in der Medizin und im privaten Umfeld, so März. Der duftende Rauch kann Wünsche und Gebete nach oben tragen, öffnet die Sinne für verborgene Empfindungen und kann Blockaden lösen. Im Anschluss an den mehr als zweistündigen Vortrag beantwortete die Referentin noch viele Fragen und stellte individuelle Räuchermischungen zusammen.

Ingeborg März (rechts) führte die Faßmannsreuther Gartenfreunde in eine vergessene Tradition ein: die Räucherkunst. Foto: Feiler