



*(Quelle: Foto privat)*

# EINFÜHRUNG INS RÄUCHERN

DGKP BIRGIT PIERNBACHER

PINZGAUER NATURDUFTSTUBE

(Inh. Andreas Piernbacher)



[www.pinzgauer-naturduftstube.at](http://www.pinzgauer-naturduftstube.at)  
[pinzgauer-naturduftstube@gmx.at](mailto:pinzgauer-naturduftstube@gmx.at)

# Entsprung des Räucherns

Räuchern hat den Ursprung in sehr früher Menschheitsgeschichte und geht vermutlich mit der Entdeckung des Feuers einher (Geschenk der Götter). Überall wurden Räucherungen zufällig mit getrockneten Pflanzen, Gräsern, Kräutern, Harzen, Früchten, Samen, Zweig-spitzen oder Rinden vollzogen, häufig als Opfergabe (verbunden mit Bittgebeten) an die Götter, zur Begleitung von Ritualen oder zur Vertreibung/Reinigung von negativen Einflüssen bzw. bösen Geistern (Dämonen), aber auch zur Behandlung von Krankheiten. Wahrscheinlich ist das älteste Räucherwerk der Menschheit der Wacholder (Zweige, Holz und Beeren), dessen Namen in der Region des Himalayas mit Räucherstoff gleichgesetzt wird und bereits zu frühester Zeit zur Behandlung von Erkältungen eingesetzt wurde.

Man erkannte unterschiedliche Wirkung bestimmter Düfte auf das Gemüt – wohltuend, beruhigend, belebend oder auch erotisierend,

- zur Wohnraum-Luftverbesserung – Atmosphärischen Reinigung (Desinfektion)
- zu medizinischen, magische bzw. religiösen Zwecken
- Nahrungsmittel bzw. Jagdbeute haltbar machen
- zu Weisungssagungen, ebenso für Wendepunkte (Tod, Trauer, Trauung, Taufe,...)
- zur Parfümierung von Körper und Kleidung

Die frühen Menschen verfügten über eine enge Verbundenheit zur Natur und kannten bereits Rituale und Zeremonien. Sie hielten häufig Räucherzeremonien auf Altären ab, um auf diese Weise Götter und Geister gnädig zu stimmen. Ebenso befragten die Menschen im Rauch Orakel, da sie glaubten, dass zusammen mit dem Rauch auch die Seele der jeweiligen Pflanze aufsteigt. Darüber hinaus fand das Räucherwerk in vielen Kulturen besondere Verwendung im Totenkult: So galt der aufsteigende Rauch als Träger der Seele zum Jenseits/Himmel.

Mit dem lateinischen Ausdruck „per fumum“ (zu Deutsch: „durch den Rauch“), von dem sich auch Parfüm ableitet, wurde früher der Weihrauch bezeichnet. Dieser wurde beim Verbrennen von Opfertieren in der Antike zur Überdeckung des Gestanks dem Feuer beigegeben. Tatsächlich hat die moderne Wissenschaft die desinfizierende Wirkung von Weihrauch und anderen Harzen nachgewiesen.

So fingen sie vermutlich an Pflanzen gezielt zu sammeln, zu verräuchern und deren Auswirkung auf sich selbst in Erfahrung zu bringen. Hieraus entwickelte sich im Laufe der Jahrtausende ein reicher Wissensschatz in den verschiedenen Kulturen, wobei die Kenntnisse zu Pflanzen und deren Wirkung beim Verbrennen anfänglich über mündliche, später dann in schriftlicher Überlieferung an die nachfolgenden Generationen weitergegeben wurden.

# Materialien zum Räuchern

## **Rauchfässer (Weihrauchfass)**

Das Rauchfass ein Räucherschwenker wird seit alter Zeit in unterschiedlichen Kulturen und Religionen für die liturgischen und zeremoniellen Räucherungen vor allem in der christlichen Kirche verwendet. Sie sind zum Beweihräuchern (incensieren) von unterschiedlichen Dingen (z. B. Altar)

Es ist versehen mit aufziehbarem Deckel und Kettchen. Es wird aus Materialien wie Bronze, Eisen, Gold, Kupfer, Messing oder Silber gefertigt. Das berühmteste Weihrauchfass der Welt ist in der Kirche von Santiago de Compostella (54 kg schwer und schwingt durch die ganze Kirche) und das größte Weihrauchfass in der Jugendkirche in Bielefeld (3,82 m hoch).

## **Weihrauchschiffchen**

Ein zylinder- oder trichterförmiges Behältnis zur Aufbewahrung von Weihrauch beschrieben wird, aus dem bereits in der römischen Antike das Rauchfass mit Weihrauch bedient wurde.

## **Weihrauch- oder Räucherpfannen, Räucherschalen (Räucherbecken) und Räucherbecher**

Räucherschalen bzw. Räucherkelche, am besten aus Keramik oder Stein, um die Wärme der glühenden Kohle gut zu absorbieren. Räucherschalen bestehen zumeist aus Materialien wie Metall, Porzellan, Ton oder Stein und sind traditionell mit drei Beinen ausgestattet. Sofern die Schalen über einen bzw. über mehrere Füße verfügen, ist das für die Handhabung noch besser, da man sich auf diese Weise nicht so schnell verbrennen kann.

## **Räucherstäbchenhalter**

Für Räucherstäbchen gibt es speziell dafür hergestellte Stäbchenhalter. Diese sind zumeist aus Holz, Keramik, Speckstein oder Metall gefertigt und verfügen über ein gebohrtes Loch, in dem sich die Räucherstäbchen einstecken lassen.

## **Räucherstövchen (Weihrauchstövchen)**

Die Räucherstövchen bzw. Weihrauchstövchen, welche zumeist aus Metall, Ton oder Stein bestehen und nach dem Prinzip des Tee-Stövchens zum Warmhalten einer Teekanne funktionieren, gibt es mit Sieb oder mit Schale.

## **Weihrauchbrenner**

Ein solches Gefäß besteht traditionell aus Keramik, Meerscham oder Ton und ist auf der arabischen Halbinsel (u. a. Jemen, Oman) beheimatet. Häufig ist der Weihrauchbrenner als kleiner Turm gearbeitet und setzt sich aus zwei Teilen zusammen: einem Unterteil (ist mit tür- und fensterähnlichen Öffnungen versehen) und einem Oberteil (ist zumeist in Kuppel gearbeitet).

## **Zubehör zum Räuchern**

- ***Kohlen- oder Räucherzange, Pinzetten oder Metallstäbchen***

Um die Holzkohle beim Entzünden fachgerecht greifen zu können und um diese Kohlen anschließend auch noch halten bzw. zu transportieren zu können, sobald diese zu Glühen beginnen, wird eine Kohlenzange (auch Räucherzange, Feuerzange genannt) benötigt. Im Anschluss an die Räucherung, kann mit einer solchen Kohlenzange das glühende Kohlenstück im Wasser gelöscht werden.

- ***Räuchersand, Sand und Asche***

Besonders beim Räuchern mit Holzkohle hat sich als Grundlage in Räuchergefäßen feiner trockener Sand, Kies oder Asche als Unterschicht bewährt. Er sorgt für eine gute Belüftung von unten und damit für ein gleichmäßiges Abbrennen der Kohlen. Gleichzeitig hat er den Vorteil, dass er hervorragend die Hitze der glühenden Kohle absorbiert. Er verhindert, dass klebrige Balsame oder Harze das Räuchergefäß verkleben. Aber nicht nur als Grundlage für das Räuchern mit Holzkohle eignet sich der Sand, sondern auch als Basis zum Abbrennen von Räucherkerzchen oder Räucherstäbchen. Letztere sollten dabei etwas tiefer in den Sand gesteckt werden, damit sie nicht umfallen.

- ***Feder/Fächer/Blätter***

Um die Holzkohle nach dem Entzünden gut zum Glühen zu bringen, verwenden bereits die Indianer nach alter Tradition Federn div. Vögel, zum Fächeln. Mittels des Anfächerns der Kohle wird dem Brennvorgang Sauerstoff zugeführt, und sie kann besser durchglühen. Außerdem lässt sich mittels einer solchen Feder allen beim Räucherritual Anwesenden auf elegante Weise der Duft zufächern.

- ***Aufbewahrungsgefäße (Dosen, Gläser, Koffer***

Um eine lange Haltbarkeit der Räucherstoffe zu gewährleisten. Die meisten Räucherstoffe müssen trocken, luftdicht und lichtgeschützt (in dunklen Gefäßen) gelagert werden, wenn diese über mehrere Jahre aufbewahren sollen und man lange Zeit Freude mit ihnen haben möchte.

- ***Räucherkohle (Holzkohle, Kohle aus dem Handel)***

***Selbstzündende Kohle/Schnellzünderkohle*** für kurze und schnelle Räucherungen. Diese Art von Kohlen sind mit Magnesiumsulfat, Salpeterpulver oder geringen Mengen von Schwarzpulver durchsetzt, wodurch sie sich schnell entzünden und durchglühen mit dem Nachteil, dass sie Eigengeruch abgeben. Brenndauer zwischen 30 und 90 Minuten.

***Naturkohle*** für längere Räucherungen. Diese lässt sich zwar etwas aufwendiger entzünden, brennt aber dafür länger, riecht auch besser und qualmt nicht so stark wie die Selbstzünderkohle. Brenndauer zwischen 1 ½ und 2 Stunden).

<b>Vor- und Nachteile beim Räuchern mit Holzkohlen</b>	
<i>Vorteile</i>	<i>Nachteile</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>• erzeugt eine große Hitze, die sich besonders gut für das Verräuchern von Weihrauch und andere Harzen eignet</li><li>• entwickelt einen starken Rauch, was hervorragend für diverse Rituale ist</li><li>• das Räuchern schafft eine besonders rituelle Atmosphäre und Stimmung</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• die Räucherstoffe brennen aufgrund der hohen Hitze schneller ab</li><li>• zeitintensiver</li><li>• es mag nicht jeder eine so starke Rauchentwicklung</li><li>• die lange Nachglühzeit der Kohle birgt ein größeres Brandrisiko</li></ul>

### **Hinweise und Tipps zu Räucherkohlen**

- Finger weg von Grillkohle aus dem Baumarkt! Diese Art von Kohle ist zumeist mit Stoffen wie u. a. Petroleum oder anderen giftigen Stoffen durchsetzt.
- Verwende für Kohleräucherungen nur Räuchergefäße, die einen Fuss besitzen und sich gut abstellen lassen.
- Benutze eine feuerfeste Unterlage, auf die das Räuchergefäß mit der glühenden Kohle gestellt werden kann.
- Werfe die Kohle nach der Räucherung nicht in den Abfall, sondern laß diese ganz ausglühen.
- Laß niemals Kinder und Tiere in die Nähe von glühenden Räucherkohlen.
- Bewahre die Kohlen in einem trockenen und luftdichten Gefäß auf.
- Bestreue die glühende Kohle ruhig mit etwas Sand. Dadurch kann die Hitze reguliert werden und die Räucherstoffe verbrennen langsamer, wodurch auch der Duft länger anhält.
- Nutze ein feuerfestes Räuchergefäß.
- Achte darauf, dass keine Feuchtigkeit an die Kohle gelangt, da hierdurch ihre Brennfähigkeit beeinträchtigt wird.
- Als Unterlage für die glühenden Räucherkohlen eignet sich hervorragend Sand, da dieser die Hitze abschirmt und diese somit nicht auf das Räuchergefäß übergehen kann. Hierzu sollte mindestens eine Schicht von ca. 2 bis 3 cm Sand als Grundlage dienen.
- Ist die Räucherkohle feucht geworden und lässt sich nur sehr schwer entzünden, so kann man diese für etwa 1 Stunde mit 100 Grad Heißluft im Ofen trocken lassen. Allerdings ist Obacht geboten und der Herd sollte nicht aus den Augen gelassen werden.
- Achte beim Räuchern mit Kohle darauf, nicht zuviel Räucherwerk auf einmal auf diese zu legen, damit die Glut nicht erstickt. Ebenfalls besteht bei der Verwendung von großen Mengen an Räucherwerk auch die Gefahr einer zu starken Rauchentwicklung. Darum lautet hier die Devise: Räucherstoffe maßvoll dosieren!

**Anleitung zum Räuchern mit Kohle**

- a) Zuerst wird das Räuchergefäß mit einer Schicht von 1 bis 2 cm Sand befüllt.
- b) Anschließend entzündet man ein Stück Holzkohle (je nach Kohleart mit Feuerzeug, Gasbrenner etc.), wobei diese mit Hilfe einer Pinzette oder Zange festgehalten wird, um sich nicht die Finger zu verbrennen.
- c) Wenn die Räucherkohle anfängt zu glühen, kann diese mit der Kohlenzange in das Räuchergefäß auf den Sand gelegt werden.
- d) Jetzt warte noch einige Minuten bis die Kohle auf dem Sand weiter durchgeglüht ist (bis sie einen weißlichen Aschebelag bekommt). Durch Fächeln mit Hilfe einer Feder oder eines Fächers können Sie diesen Vorgang etwas beschleunigen.
- e) Nun lege Deine Räucherstoffe mit Hilfe eines kleinen Metalllöffels in die Vertiefung der Räucherkohle.
- f) Sobald das Räucherwerk abgebrannt ist, entferne die Reste und lege je nach Bedarf weitere Räucherstoffe nach.

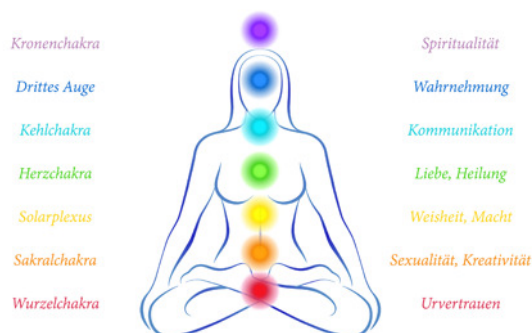


# Räuchern mit den 4 Elementen

Heute wird auch schon mit den 5 Elementen gearbeitet. Die 4 Elemente werden durch das Element Metall ergänzt. Ich richte mich in der Zusammenstellung meiner Räuchermischung aber auf die 4 Elemente.

Wie in vielen Dingen, können auch zum Räuchern diese vier Elemente beachtet werden. Unser Körper besteht aus den gleiche vier Elementen wie unsere Erde, daher können wir versuchen, uns durch das Räuchern mit unseren Wurzeln zu verbinden. Diese Erdung und zugleich Reinigung sollte zu einem täglichen Ritual werden um uns in einer Balance zu halten. Räuchern hilft uns auch, die Gesundheit zu erhalten.

- |           |                              |
|-----------|------------------------------|
| 1) ERDE   | BASIS- ODER WURZELCHAKRA     |
| 2) WASSER | SAKRALCHAKRA                 |
| 3) FEUER  | SOLARPLEXUS ODER NAGELCHAKRA |
| 4) LUFT   | HERZCHAKRA                   |



Quelle: <https://www.pranahaus.de>

Beispiel: Schutzräucherung	Beispiel: Reinigungsräucherung
Alant (Wasser)	Angelika (Erde)
Angelika (Erde)	Bernstein (Feuer)
Fichtenharz (Luft)	Kalmus (Wasser)
Königskerze (Feuer)	Rosmarin (Feuer)
Lavendel (Wasser)	Salbei (Wasser)
Myrrhe (Erde)	Rose (Wasser)
Salbei (Wasser)	Weihrauch (Feuer)
Wacholder (Feuer)	Benzoe (Luft)
Copal (Luft)	Dammar (Luft)
Dammar (Luft)	
(Drachenblut (Feuer))	
Weihrauch (Feuer)	

# Arten des Räucherns



## **Reinigungsräucherung**

Der Rauch verschiedener Pflanzen, wie der Wacholderrauch, wirkt keimtötend. So wurden schon immer Krankenzimmer damit desinfiziert, was in früherer Zeit lebensrettend sein konnte.

## **Schutzräucherung**

Zum Zweck des Schutzes wurde geräuchert, um negative Energien, vor allem aber auch um die bösen Geister zu beseitigen.

## **Aromatisierungsräucherung**

Manchmal wurde der Rauch auch einfach dazu verwendet, um Kleidung und Wohnräume zu aromatisieren - um einen besseren Geruch zu erlangen.

## **Götternahrung**

Schon sehr bald wurde das Räuchern auch als Huldigung der Götter angewandt. Der Rauch war die Nahrung der Götter, und trägt symbolisch die Gebete zu ihnen.

## **Ahnenräucherung**

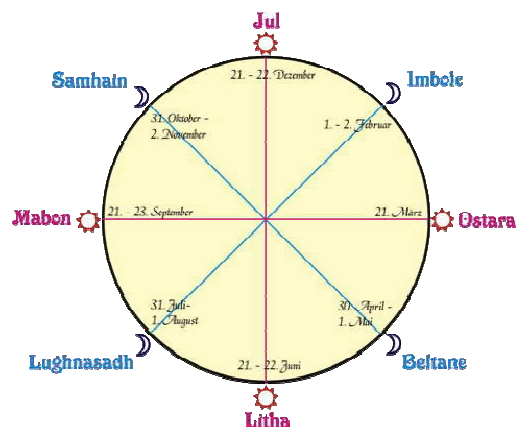
Auch für die Ahnen wurde schon immer geräuchert. Entweder um mit ihnen in Kontakt zu treten, oder um Ihnen gute Wünsche in ihre Welt zu schicken.

## **Räuchern um in andere Wirklichkeiten zu gelangen**

Einige Kräuter erleichtern und durch ihren Rauch den Eintritt in andere Wahrnehmungszustände. So gelangen viele Schamanen durch das Räuchern in die Anderswelt, um dort mit Ihren Spirits zu arbeiten.



# Räuchern im Jahreskreis



Räuchern im Jahreskreis – der keltische Jahreskreis (Quelle: [www.magie-mythen.de](http://www.magie-mythen.de))

- 1) Lichtmess – Imbolc (1./2. Februar)
- 2) Frühlings Tag-Nacht-Gleiche – Ostern/Ostara (21./22. März) – „Das Gleichgewicht halten“
- 3) Walpurgis – Beltrane (30. April/1. Mai)
- 4) Sommersonnenwende – Litha (21./22. Juni)
- 5) Maria Himmelfahrt – Lughnasad (Schnittfest) bei den Kelten (1./2. August)
- 6) Herbst Tag-Nacht-Gleiche – Mabon/Erntedank 20./21. September
- 7) Allerheiligen/Allerseelen – (Samhain 31. Oktober/1. November)
- 8) Wintersonnenwende – Weihnachten (Julfest 20./21. Dezember)
- 9) Die Raunächte (räuchern in den 12 Raunächten)

## Räuchermischungen selbst herstellen

Kräuter können gemischt oder einzeln verräuchert werden. Dazu gibt es keine Regel, z. B. kann Salbei alleine geräuchert werden, wenn z. B. der Alltagsstress zu groß wird.

Vor dem Räuchern überlegt man, was man mit der Räucherung bezwecken möchte und was gemischt werden soll und kann. Eine Mischung kann viele Bestandteile haben, das entscheidet man selbst. Traditionell nimmt man sieben oder neun verschiedene Zutaten.

Eine Mischmöglichkeit wäre, dass man 1 – 2 verschieden Harze, eine Wurzel (damit immer sparsam umgehen), ein Holz und bis zu fünf Kräuter vermischen kann. Eine Faustregel wäre, von allen Zutaten 1 Bestandteil, von der Wurzel nur ½ Bestandteil nehmen.

Je nachdem, ob Blüten, Harze, Hölzer, Kräuter oder Wurzeln verräuchert werden sollen, ist auch die Dosierung entsprechend zu wählen. Bei Harzen reichen bspw. oft schon kleine Stücke, um einen Raum intensiv zu beduften. Auch spielt die Größe der Räumlichkeiten eine entscheidende Rolle für die zu verwendende Menge an Räucherwerk. Schließlich gibt es eine Reihe an Räucherstoffen, die beißend oder verbrannt riechen und nicht in großen Mengen verräuchert werden sollten. Einige Duftstoffe entfalten sich zudem auch erst richtig im Raum, wenn der grobe Rauch sich verflüchtigt hat. Wer richtig mit dem Räuchern beginnt, sollte zuvor erst einmal die Räucherstoffe in kleinen Mengen austesten.

Bei Reinigungsräucherungen sollte mit dem Räuchergut nicht gespart werden.

Es ist ideal, einen Räucherlöffel zu verwenden, mit dem die Räuchergüter auf die Räucherstelle gelegt werden können. Hat man das Gefühl, dass das Räuchergut verbrannt riecht, dann sollte es von der Glut genommen werden.



## ...zum Schluss ein paar Ideen

**Osterräucherung** (Annemarie Herzog, <http://malusa.at/wp-content/uploads/2016/03/Nr.-15-14-15.pdf>)

- Birke (Baum des Anfangs, alles Alte aus dem Haus fegen) – Knospen
- Fichte (bringt Klarheit) – junge Triebe und Harz
- Weide (reinigende Wirkung) – Kätzchen und Rinde
- Gänseblümchen (baut Schutzmantel aus Licht) – Knospen oder Blüten
- Esche (bringt Sieg über Finsternis) – junge Triebe (Blätter und Knospen)
- Lärche (bringt Neubeginn) Harz und Knospen (ein wenig Lärchenschwamm kann dazu gemengt werden)
- Hufplattich (gibt Mut, Vertrauen und Lebenslust)
- Schlüsselblume (schließt das Tor zum Frühling auf) – Knospen, Blüten
- Angelikawurzel (Lichtbringerin) - Wurzel

**Zwei Reinigungsräucherungen für das Haus (Marlis Bader)**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Salbei</li> <li>• 1 Teil Beifuß</li> <li>• 1 Teil Wacholder</li> <li>• ½ Teil Engelwurz</li> <li>• 1 Teil Fichtenharz, zerstoßen</li> <li>• 1 Teil Myrrhe</li> </ul>	<p>oder</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Thymian</li> <li>• 1 Teil Lavendel</li> <li>• 1 Teil Rosmarin</li> <li>• 1 Teil Salbei</li> <li>• 1 Teil Copalharz, zerstoßen</li> </ul>
<p><b><u>Räuchermischung zur Thomasnacht</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Beifuß</li> <li>• 1 Teil Alant</li> <li>• 1 Teil Johanniskraut</li> <li>• ½ Teil Fichtenharz</li> </ul>	<p><b><u>Sorgen werden genommen</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lebensbaum (Zypresse, Thuja)</li> <li>• Beifuß</li> <li>• Eichenmoos</li> </ul>
<p><b><u>Abendruhe (Birgit Piernbacher)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Lavendelblüten</li> <li>• 1 Teil Rose persisch</li> <li>• 1 Teil Salbei/-blüten</li> <li>• 1 Teil Weihrauch Oman</li> <li>• ½ Teil Myrrhe</li> <li>• ½ Teil Styrax</li> </ul>	<p><b><u>Insektenschutz (Marlis Bader)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Wacholder</li> <li>• 2 Teile Rainfarn</li> <li>• 1 Teil Lavendel</li> <li>• 1 Teil Katzenminze</li> <li>• 1 Teil Salbei</li> <li>• ½ Teil Fichtenharz</li> </ul>
<p><b><u>Liebesräucherung (Marlis Bader)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3 Teile Beifuß</li> <li>• 1 Teil Rainfarn</li> <li>• 1 Teil Wacholder</li> <li>• ½ Teil Königskerze</li> <li>• ½ Teil Johanniskraut</li> </ul>	<p><b><u>Harmonisierende Räucherung (Marlis Bader)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Ysop</li> <li>• 1 teil Muskatellersalbei</li> <li>• ½ Teil Rosenblüten</li> <li>• 1 Teil Lavendel</li> <li>• 1 Teil Mariengras</li> <li>• 1 Teil Styrax</li> <li>• ½ Teil Benzoe Siam, zerstoßen</li> </ul>
<p><b><u>Ahnenräucherung (Marlis Bader)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Beifuß</li> <li>• 1 Teil Copal, schwarz</li> <li>• 1 Teil Eibe</li> <li>• 1 Teil Hollunderholz</li> <li>• 1 Teil Myrrhe</li> <li>• ½ Teil Styrax</li> <li>• 1 Teil Wacholder</li> <li>• 1 Teil Weihrauch</li> </ul>	<p><b><u>Adventzauber (Birgit Piernbacher)</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 Teil Weihrauch</li> <li>• 1 Teil Myrrhe</li> <li>• ½ Teil Styrax</li> <li>• 1 Teil Orange oder Mandarine</li> <li>• 1 Teil Zimtrinde</li> <li>• 1 Teil Nelkenblüten</li> <li>• 1 Teil Sternanis</li> <li>• ½ Teil Tonkabohnen</li> <li>• ev. ¼ Teil Vanilleschote</li> </ul>

<b><u>Steigerung des Selbstvertrauens (Marlis Bader)</u></b>	<b><u>Schutzräucherung zu Samhain</u></b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Teil Thymian</li><li>• 1 Teil Katzenminze</li><li>• 1 Teil Rainfarn</li><li>• ½ Teil Alantwurzel, zerkleinert</li><li>• 1 Teil Weihrauch</li><li>• 1 Teil Myrrhe</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 1 Teil Wacholderbeeren</li><li>• 1 Teil Erdrauch</li><li>• 1 Teil Sandelholz</li></ul>

### **Literaturverweise/Quellen**

- Eigene Angaben aus diversen Ausbildungen
- Marlis Bader: Räuchern mit heimischen Kräutern
- Kaindlstorfer Friedrich: Die Heilkraft des Räucherns
- Thomas Kinkele: Räucherstoffe und Räucherrituale
- Christine Fuchs: Rauchern – im Rhythmus des Jahreskreises
- Franz X. J. Huber/Anja Schmidt: Das große Buch von Räuchern

*Die einzelnen Harze, Einzelräucherwerke sowie Räuchermischungen können Sie in der Pinzgauer Naturduftstube unter [www.pinzgauer-naturduftstube](http://www.pinzgauer-naturduftstube) (0664/3750107), Bahnhofsiedlung 501, 5721 Piesendorf, direkt oder online beziehen.*