

Das wundersame Gold des Waldes

Harze leisten Bäumen bei Verletzungen erste Hilfe, schliessen deren Wunden und lehren Schädlingen das Fürchten. Seit Jahrtausenden macht sich auch der Mensch diesen vielseitigen Rohstoff zunutze: in der Industrie, der Kunst, der Medizin oder im spirituell-religiösen Kontext. Eine Spurensuche. ✂ TANJA AEBLI

Zwölf pastellfarbene Schälchen sind fein säuberlich nebeneinander gereiht und akkurat beschriftet. Obwohl Farbe, Konsistenz und Kontur der darin gelagerten Baumharze variieren, ist ihnen eins gemeinsam: Sie verströmen diesen herb-erdigen Duft, der etwas Vertrautes, zutiefst Beruhigendes hat. Der Grossteil der Harze, die im lichtdurchfluteten Kursraum in Roggliswil (LU) lagern, ist selbst gesammelt: «Es vergeht keine Wanderung, ohne dass ich nicht nach Harzen Ausschau halte und meine Blechschachtel zücke», sagt Daniela Steinmann lachend. Sie scheint ein Auge für den edlen, vielseitigen Rohstoff zu haben: Föhren-, Arven- und Lärchenharz aus dem Engadin, Harz von der Zypresse aus Südfrankreich und Fichtenharz aus nächster Umgebung – so viel, dass es fast eine Schachtel füllt.

Das Sammeln erfolgt nach klaren Regeln: Weiches Harz, das der Baum benötigt, um seine Wunden zu schliessen, und auch spitze Gegenstände – zum Trennen des Harzes vom Nadelholz – sind für Daniela Steinmann tabu, könnten sie den Baum doch zusätzlich verletzen. «Ansonsten kann man beim Harzsammeln eigentlich nicht viel falsch machen», stellt sie klar. Selbst fehlende botanische Kenntnisse seien kein Grund, vom Sammeln abzulassen, denn giftige oder fürs Räuchern ungeeignete Harze gebe es nicht. Allfällige Verunreinigungen mit Rinden oder Baumnadeln sind ebenso wenig von Belang. Im Gegenteil: Sie sorgen im Rauch mit einer leicht holzigen Note für das gewisse Etwas. «Wichtig beim Räuchern ist lediglich, dass das Harz wirklich trocken ist», sagt die Räucherfachfrau, Kursleiterin und Ritualbegleiterin. Halbtrockenes Harz braucht rund ein Jahr, bis es richtig aushärtet und bereit für die Räucherschale oder das mit Edelstahlsieb bestückte «Stövchen» ist, das mittels Kerze Düfte freisetzt.

Nicht nur die meisten Harze, die Daniela Steinmann bei ihren Ritualen und in den Kursen einsetzt, stammen aus nächster Umgebung, auch die verschiedenen Räucherkräuter tragen Marke Eigenbau. Salbei, Kamille, Thymian, Lavendel, Melisse, Rosmarin: Für jede Duftnote ist im weitläufigen Garten des BioHofs Netzelen ein Kraut gewachsen.

Uralter Brauch neu entdeckt

Was steckt hinter dieser Tradition, in die Menschen jeglicher Couleur und mit den unterschiedlichsten Motiven bei Daniela Steinmann eintauchen wollen? «Beim Räuchern entfaltet das Harz eine reinigende, umhüllende Kraft, die sich auf körperlicher, seelischer und geistiger Ebene manifestiert», sagt die Kindergärtnerin, die in einer Basisstufe unterrichtet und seit 35 Jahren mit einem Bauern verheiratet ist. Diese Kraft übertrage sich auf Menschen, aber auch auf Tiere, von denen es auf dem biodynamisch geführten Betrieb viele gibt. Die Ställe werden vor allem an Weihnachten und Neujahr geräuchert und im Winter, wenn die Kälber husten. Der mit Kräutern, Fichtenharz und Tannennadeln versetzte Rauch reinigt laut Steinmann die Luft und befreit die Atemwege der Jungtiere. Nicht minder



Stephanie Arnet

interessant: Das Räuchern von Kräutern wie Beifuss kann bei trächtigen Tieren sogar Wehen auslösen.

Ob Bauernhaus, Büro, Mehrfamilienwohnung oder Luxusvilla, ob Pfarrerin oder Palliativfachmann: Die Nachfrage nach Ritualen und Räucherkursen, um wichtige Lebensabschnitte oder -ereignisse zu begleiten oder das uralte Handwerk gleich selbst zu erlernen, ist seit

Daniela Steinmann verwendet zum Räuchern Harze und Kräuter aus nächster Umgebung.

«Räuchern ist kein Hokuspokus.»

Daniela Steinmann
Fachfrau für Rituale und Räuchern

mehreren Jahren ungebrochen hoch. Ein Neustart in den eigenen Wänden, ein wichtiger Lebensübergang wie Hochzeit, Geburt, Trennung, Krankheit, Todesfall oder ein Schicksalsschlag wecken oft das Bedürfnis nach einer Räucherung. Sie soll schlechte Schwingungen neutralisieren, Räume energetisieren oder die Luft reinigen, um dann mit einer Segnung den Weg für Neues zu ebnet. Doch nicht allen Wünschen kann Daniela Steinmann gerecht werden, manchmal gelte es, allzu hohe Erwartungen zu relativieren: «Nein, gegen ein



Stephanie Arnet

angespanntes Familienklima wegen pubertierenden Kindern kann das Räuchern nicht allzu viel ausrichten», sagt die Mutter dreier mittlerweile erwachsener Töchter lachend, während sie fein zermahlene Fichtenharz auf die heisse Räucherkohle streut und den aufsteigenden, tänzelnden Rauch mit einer Feder im ganzen Raum verteilt.

Daniela Steinmann sieht sich eher als Impulsgeberin für bewusstseinsweiternde Prozesse, denn als Heilsbringerin: «Es berührt mich jedes Mal auf Neue, zu sehen, was das Räuchern und die damit einhergehenden Rituale in Gang setzen.» Auch bei zutiefst rationalen Menschen, die sich ebenso zu ihren Kursen einfinden wie eher spirituell orientierte Personen, gerieten Dinge in Bewegung. Bei den einen fliessen Tränen, andere sprechen von einem lebensverändernden Moment. Und dennoch: «Räuchern ist kein Hokuspokus», ist Steinmann überzeugt, sondern eine Möglichkeit, sich wieder stärker mit der Natur und dem Leben zu verbinden.

Signale ans limbische System

Die Wissenschaft hat längst eine Erklärung dafür, weshalb das Räuchern die Menschen in ihrem tiefsten Innern zu erreichen vermag: Eine Schlüsselrolle spielt dabei das limbische System, der älteste Teil unseres Gehirns, in dem Gefühle, Stimmungen und Erinnerungen entstehen. Hierhin gelangen die Duftmoleküle, nachdem sie die Nase passiert haben und später dann Informationen ans Grosshirn senden, wo der Verstand

#FACTS



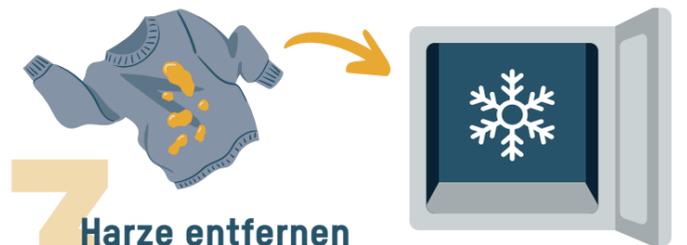
1 Kaugummi direkt vom Baum

Bereits in der Steinzeit haben die Menschen auf bestimmten Baumharzen herumgekaut. Eine Tradition, die sich vor allem unter Holzfällern gehalten hat. Zwar werden die heutigen industriellen Kaugummis aus synthetischem Kautschuk und Kunstharzen hergestellt, bei einem Waldspaziergang spricht aber nichts dagegen, auf den natürlichen Wald-Kaugummi zurückzugreifen. Das hierfür geeignete Fichtenharz sollte weder zu fest, noch zu weich sein. Rötlich-goldenes schimmerndes Harz eignet sich am besten zum Degustieren.



2 Gute Schwingung dank Bogenharz

Der Geigenbogen kann die Saiten nur zum Klingen bringen, wenn zwischen der Saite und den Bogenhaaren genügend Reibung entsteht. Um das zu erzielen, wird der Bogen mit Kolophonium eingerieben, das von der Kiefer, Tanne, Pinie, Fichte oder Lärche gewonnen wird. Beim Einstreichen des Bogens bleibt das Kolophonium an den Widerhäkchen der Rosshaare hängen, mit denen er bespannt ist. So entsteht der Reibungswiderstand, um die Welt mit Musik zu beglücken.



3 Harze entfernen

Ob bei der Gartenarbeit oder beim Harzsammeln im Wald: Das klebrige Sekret haftet oft hartnäckig an den Händen oder der Kleidung. Herkömmliche Waschmittel, Seife oder Waschbenzin sind zur Beseitigung der Flecken meist wenig zielführend. Besser: Das betroffene Kleidungsstück über Nacht ins Tiefkühlfach legen. Das Harz lässt sich so von Hand durch mehrmaliges Knicken entfernen. Dann die versehrte Stelle mit Speiseöl oder Butter einreiben, mehrere Stunden einwirken lassen und wie gewohnt waschen. Auch zur Reinigung von harzverklebten Händen empfiehlt sich Öl.



aktiviert wird. Ein subtiler Mechanismus, der heute im Marketing gezielt genutzt wird, um uns mit olfaktorischen Reizen mitunter auch an der Nase herumzuführen. Doch Duftimpulse können wie beim Räuchern auch für Ruhe, Entspannung, Freude oder Konzentration sorgen und damit einen Neuanfang markieren.

Die tiefgreifende Wirkung des Räucherns auf Körper und Psyche ist wohl auch der Grund, weshalb sich diese seit Jahrtausenden weltweit praktizierte Tradition bis heute in vielen Teilen der Welt halten konnte. Ein Blick in die Vergangenheit zeigt: Bereits die Römer schickten ihre Wünsche «per fumum» – via Rauch – in den Himmel. Und im Mittelalter wurden im Kampf gegen die Pest ganze Städte geräuchert. Auch zahlreiche überlieferte Bräuche sind nach wie vor «en vogue»: So wird Räuchern in der Zeit zwischen Heiligabend und dem 6. Januar, den so genannten Raunächten, noch heute an vielen Orten in der Schweiz und in anderen Teilen Europas praktiziert: Kräuter, Harze und Hölzer sollen Haus und Stall mit positiver Energie für das nächste Jahr aufladen und böse Geister fernhalten.

Räuchern wird seit jeher auch eingesetzt, um Glaubenserlebnisse zu verstärken. Besonders der Weihrauch – ein Harz von Bäumen der Gattung «Boswellia» – hat in der Liturgie der katholischen Kirche einen festen Platz bei Messen, Prozessionen oder Andachten. Aber auch in anderen Kulturen und Religionen findet dieses wegen seiner zeitraubenden Gewinnung und den langen Handelswegen für die breite Masse früher kaum erschwingliche Harz seit Jahrtausenden Anwendung. So wurde bei den alten Ägyptern der Weihrauch für kultische Zwecke und zur Mumifizierung herausragender Persönlichkeiten eingesetzt.

Heute ist das körnige Harz längst kein Statussymbol mehr und lässt sich per Mausklick in x-beliebigen Räu-

chershops bestellen. Doch Augen auf beim Weihrauchkauf: «Es gibt hier grosse qualitative Unterschiede», warnt Daniela Steinmann. Produkte mit farbigen Kügelchen sind laut der Räucherexpertin meist parfümiert und gefärbt und haben mit dem natürlichen Rohstoff wenig gemeinsam. Das besondere Harz hat auch eine lange und bedeutende Tradition in der indischen, chinesischen, arabischen und ägyptischen Medizin und gelangt noch heute vielerorts zur Anwendung bei gesundheitlichen Beschwerden. Mittlerweile ist Weihrauch auch in Kapselform als Nahrungsergänzungsmittel erhältlich: Die darin enthaltenen Boswelliasäuren und ätherischen Öle wirken entzündungshemmend, schmerzlindernd und abschwellend und schaffen vor allem bei Gelenkarthritis und entzündlichen Darmerkrankungen Linderung.

Vielseitiger Roh- und Werkstoff

Was heute beinahe in Vergessenheit geraten ist: Baumharze waren in der vorindustriellen Zeit nicht nur für Riten und medizinische Anwendungen ein gefragtes Gut, sondern auch im gewerblichen Kontext. Laut dem historischen Lexikon der Schweiz diente hierzulande der zähflüssige, klebrige Saft aus Kolophonium und Terpentin als Grundstoff für Wagenschmiere und Imprägniermittel für Holze und Seile, als Dichtungsmittel für Schiffe und Fässer und als Klebstoff. Auch wurde Harz als Basis für Salben, Seifen und Genussmittel eingesetzt und war ein wichtiger Bestandteil von Beleuchtungsmaterial wie Pechfackeln.

Im Rückblick wird klar: In der Schweiz hatten Baumharze bei weitem nicht den gleichen Stellenwert wie etwa in Skandinavien oder im Baltikum, wo sie für den Schiffbau in rauen Mengen geerntet wurden. Doch die Harzgewinnung erwies sich wirtschaftlich und gesellschaftlich auch hierzulande als durchaus relevant: Im



WIE RÄUCHERN?

- **In Schalen:** Dazu wird eine feuerfeste Schale mit Sand befüllt und in der Mitte ein Stück Räucherkohle platziert, die als Wärmequelle dient. Nach dem Anzünden warten, bis die Kohle gut durchgeglüht ist und dann einen Teelöffel Räucherwerk darauflegen. Zuerst das Harz und erst im zweiten Schritt die Kräuter, Flechten, Nadeln oder sonstiges Räucherwerk auf die Kohle streuen.
- **Mit Stövchen:** Dies ist eine sanftere Methode, bei der die Räucherware nicht direkt verglüht. Ein Teelöffel Räucherwerk wird dabei auf das Sieb eines Stövchens gelegt und das Pflanzenaroma durch die Wärme des darunter brennenden Teelichts ohne starken Rauch freigesetzt. Achtung: Harze verflüssigen sich beim Verräuchern. Deshalb in der Mitte des Siebes eine Schale oder die leere Aluschale einer Rechaudkerze anbringen. Die Kräuter sollten nicht verbrennen, sondern lediglich «verwelken».
- **Mit Räucherbüscheln:** Dazu werden frische Kräuter wie zum Beispiel Salbei mit einem Garn zu Büscheln gebunden, getrocknet und verräuchert.



4 Bittere Note dank Kiefernharz

Mit Harz versetzte Weine gehören seit jeher zum griechischen Kulturgut. Beim Retsina handelt es sich um einen weissen, trockenen Tafelwein aus Griechenland, dem Kiefernharz während der Gärung zugesetzt wurde. Das Harz der Aleppo-Kiefer verbleibt jedoch nicht im Wein, sondern wird beim Schönen und Filtrieren wieder ausgefällt. Es verleiht dem Retsina den typischen frisch-bitteren Geschmack, der appetitanregend wirkt.



5 Edle Farben

In der europäischen Ölmalerei spielen Harze von Nadelbäumen und das darin gelagerte Terpentin eine wichtige Rolle. Sie dienen seit dem 15. Jahrhundert in Kombination mit anderen Substanzen als Bindemittel von Farbpigmenten. Die Qualität der Öl-Harz-Farben hat mehrere Vorteile gegenüber den davor üblichen Malfarben: weichere Farbübergänge, mehr Nuancen und bessere Mischbarkeit führten dazu, dass sie die Tempera- und Wachsmalerei verdrängten. Seit der Antike werden Harze auch für die Herstellung von Lacken verwendet.



6 Sonderfall Bernstein

Bei Bernstein handelt es sich nicht etwa um Stein, sondern um fossiles Baumharz. In der Urzeit waren viele Teile des damaligen Europas mit tropischen Bäumen bewachsen. Die meisten dieser Nadelbäume sonderten ein Harz ab, das an der Luft schnell aushärtete. Grosse Mengen dieser Harze sanken durch Wasser in tiefere Sedimentschichten ein, wo sie unter dem Ausschluss von Luft im Laufe mehrerer Jahrmillionen zu Bernstein wurden. Auch Insekten, die vor Urzeiten am Harz des Baumes kleben blieben, finden sich in den versteinerten Harzbrocken wieder.



● ● ●
Jahr 1588 waren allein in der Gegend rund um Visp (VS) über 60 Lärchenbohrer am Werk. Dabei existierten zwei unterschiedliche Verfahren, um das Gold der Wälder zu gewinnen: Bei der Lebendharzung wurden am Stamm Bohrlöcher angebracht, um so das Harz abzuzapfen und in einem Behälter zu sammeln. Bis der Stamm ganz ausblutete, dauerte es bis zu zwei Monate, was oft ein Absterben des Baumes zur Folge hatte. Diese Form der Harzgewinnung – so geht aus historischen Quellen hervor – war ein hartes, aufreibendes Geschäft, das lange Präsenzzeiten erforderte und vor allem von ärmeren Leuten praktiziert wurde, die mit ihren Produkten in den umliegenden Dörfern hausierten. Weil die Lebendharzung aber die Wälder oft erheblich schädigte, wurde sie vielerorts gesetzlich stark eingeschränkt oder gänzlich verboten.

Etwas einfacher gestaltete sich Variante zwei: Dabei stapelte man stark harzhaltiges Holz auf dem Gitterrost eines in den Boden eingetieften Sammelbeckens, stülpte eine feuerfeste Isolationsglocke darüber und entfachte rings um den Kübel ein Feuer, welches das Harz verflüssigte. Die hierzu benötigten Utensilien sind noch heute im Freilichtmuseum Ballenberg zu sehen. Dieses Verfahren praktizierten vor allem Bauern als Zusatzverdienst.

Im 19. Jahrhundert geriet die gewerbliche Harzgewinnung zusehends in Bedrängnis: Synthetische Harze und mit chemischen Zusätzen versetzte Salben und Seifen, die dank neuer pharmakologischer Verfah-

ren seriell und kostengünstig produziert werden konnten, liessen die Nachfrage nach natürlichen Harzen radikal einbrechen und brachten den Beruf des Harzers ganz zum Verschwinden.

Doch zurück in die Gegenwart: Auch wenn das professionelle, grossräumige Harzen kein Revival erlebt, wird dem Sammeln natürlicher Harze derzeit wieder mehr Aufmerksamkeit zuteil: Auf YouTube-Kanälen wird gekratzt, gesucht und geschabt, was die Waldapotheke hergibt. Survivalexperten und Naturcoaches zeigen mitten im tiefsten Wald, wie Baumharz zu Klebstoff wird, um ein undichtes Kanu oder ein Loch im Zelt zu reparieren oder wie das Einreiben von Harz an den Händen das Verrutschen der Axt verhindert. Fackel aus Harz? Nichts leichter als das: Ein Stück Stoff in erwärmtes, flüssiges Harz und etwas Öl tauchen und aushärten lassen. Aber auch eine Kienfackel – ein harzreiches Stück Holz, das früher in vielen Gebäuden als Lichtquelle diente – macht die Nacht im Survivalcamp zum Tag.

Wundpflaster des Waldes

Industrielle Entwicklungen und gesellschaftliche Trends hin oder her: Für die Nadelhölzer selbst sind Harze seit jeher überlebenswichtig. Sie helfen dem Baum, nach einem Sturm seine Wunden wieder zu verschliessen und schützen ihn vor extremen Temperaturschwankungen wie auch vor Fressfeinden. Der Mechanismus ist ebenso raffiniert wie listig: Sticht eine Laus

Weil Lebendharzungen die Wälder schädigten, wurden sie vielerorts verboten.

ihren Saugrüssel in die Nadel, lässt der Baum diese klebrige Flüssigkeit aus den Harzzellen in die Stichwunde auslaufen und versucht so, das Loch wieder zu schliessen. Auch Borken- oder Prachtkäfer, die in die Rinde eindringen wollen, bezahlen ihre Offensive meist mit dem Leben, wenn sie auf ihrem Rückzug am Harz hängenbleiben. Doch das klebrige Sekret, das mit einem weit verzweigten Röhrensystem den gesamten Baum durchzieht, kann noch mehr: Es hilft den Bäumen auch im Kampf gegen Krankheitserreger wie Bakterien oder Pilze. Eine Wirkung, die sich auch gewisse Tiere zu Nutze machen: Ameisen bauen in ihre Nester teilweise bis zu 20 Kilogramm Kugeln aus Fichtenharz ein.

Eine Arbeit, die ihre Mühe durchaus wert ist: Wissenschaftliche Untersuchungen konnten aufzeigen, dass die mit Harzen durchsetzten Nester signifikant weniger Krankheitserreger entwickeln als Bauten, wo dieser Rohstoff fehlt. Auch Bienen sammeln Harz von Bäumen, reichern es mit Bienenwachs und weiteren Bestandteilen an und kitten mit der klebrigen Masse Ritzen und Fugen im Bienenstock, um Bakterien, Pilze und Viren abzuwehren. Just diese Propolis, auch Kittharz genannt, schätzen Menschen wiederum wegen ihrer antibakteriellen und antibiotischen Wirkung und verarbeiten sie zusammen mit Harzen zu Salben, die bis heute gute Dienste tun. ●

Räucherurse und Rituale bei Daniela Steinmann:
rituale-raeuchern.ch