



Annemarie Herzog ist „Die Räucherapothekerin“

Als „einzige Räucherfrau, die das Räuchern entmystifiziert“ wurde Annemarie Herzog einmal bezeichnet. Eine Beschreibung, mit der sich die Kärntnerin identifizieren kann, trifft es doch das Wesen ihrer Arbeit auf den Punkt. Schon in ihrem ersten Buch „Die Räucherin“ zeigt Herzog, dass jede(r) das alte Wissen rund ums Räuchern nutzen kann. Mit ihrem neuen Buch „Die Räucherapotheke für den Körper“ geht sie einen Schritt weiter und hat als Erste Räucherwerke zur Unterstützung bei Krankheitsbildern zusammengestellt: der Beginn einer Trilogie, das verloren geglaubte Wissen der hiesigen „Kräuterweiblein“ in die angewandte Praxis von heute zu bringen.

VON DORIS NEUBAUER

„Ich bin wie eine Putzfrau“ – wenn Annemarie Herzog Räucherungen vollzieht, dann rauscht sie weder in wallenden Gewändern durch die Räume noch murmelt sie mystische Wortreime. Statt rituellem Schnickschnack oder komplizierten Theorien geht es der Räucherexpertin aus Kärnten um eines: „Frag nicht lange, sondern tu einfach, hat meine Großmutter immer gesagt.“ An 365 Tagen im Jahr. Denn auch wenn Räuchern bei uns heute nur mit den Raunächten in Verbindung gebracht wird, früher war es mehr: „Räuchern war nie im Ansatz mystisch, sondern Räuchern war immer eine Anwendung, wenn etwas gefehlt hat oder ein Mangel da war“, weiß Annemarie Herzog, die das Wissen von ihrer Großmutter geerbt hat. „Räuchern gibt es, seitdem es Feuer gibt. Damals haben Menschen schon verstanden, Räume zu reinigen. Ganz unspektakulär. Sie haben auch am Körper geräuchert, wenn irgendjemand krank war oder wenn sie irgendwo seelische Unterstützung gebraucht haben. Räuchern ist die schnellste Methode, etwas in den Griff zu kriegen, weil feinstofflicher Rauch von Kopf bis Fuß

über die Zellen aufgenommen wird und schnell helfen kann, weil er mit den entsprechenden Kräutern informiert ist.“ Diese Art des traditionellen Räucherns hat in keiner Hochkultur gefehlt. Doch während es bei den Naturvölkern der Erde zum Alltag gehört, wurde diese Anwendung entlang des Alpenhauptkamms durch andere Einflüsse verwässert und ist verkümmert.

Es ist dieses uralte Wissen, das die Kärntnerin seit Jahrzehnten bei ihren Räucherungen, in Vorträgen und Büchern weitergibt. Schließlich geht es der zweifachen Mutter und dreifachen Großmutter darum, den Menschen etwaige Berührungsängste zu nehmen und das Wissen zu vermitteln, dass Räuchern nichts mit Glauben zu tun hat, sondern in jedem Fall wirkt: Es ist nichts anderes, als dass sich über die Hitze sämtliche Wirkstoffe einer Pflanze entfalten, durch die Zellen in den Körper eindringen und dort wirken können. Falsch machen kann man dabei nichts, vorausgesetzt, man verwendet Räucherwerk aus regionalen Kräutern. „Heimisches Kraut ist für unseren Körper sehr verträglich. Es

wächst dort, wo wir unsere Füße auf der Erde haben“, hat Herzog erkannt und verwendet selbst nach den Mondphasen gepflücktes, getrocknetes Räucherwerk, „alles in der Natur hat eine Wirkung: Wenn ich die Wirkung aber nicht kenne, habe ich erstens nichts davon, und zweitens kann der Schuss kann nach hinten losgehen. Wenn ich zu viel von etwas erwische, das mir nicht mehr guttut, dann spüre ich das sehr wohl. Mir ist es wichtig, die Menschen über diese Wirkung aufzuklären.“

Letzteres war für Herzog vor einigen Jahren die Motivation, das Buch „Die Räucherin“ zu schreiben. In ihrem neuen Werk „Die Räucherapotheke für den Körper“ geht die Räucherexpertin in die Tiefe und beschäftigt sich mit der positiven Wirkung von Räucherungen auf das körperliche Wohlbefinden. Neben den entsprechend zusammengestellten Räucherrezepten verknüpft sie Krankheitsbilder mit möglichen seelischen Ursachen und bietet Affirmationen an, um krankmachende Gedankenmuster aufzulösen.

Dein Herz ist frei, hab den Mut ihm zu folgen.



FOTOS: ELKE SCHWARZINGER

Interview

„Es gibt für fast alles ein Kraut“

„Die Räucherapothekerin“ Annemarie Herzog erklärt im „gesund & glücklich“-Interview, wie sie zu ihrem Wissen kam und wie sie ihre Räucherwerke zusammenstellt, die bei vielen Krankheiten einfach „guttun“.

INTERVIEW: DORIS NEUBAUER

„Die Räucherapothekerin für den Körper“ ist Ihr zweites Buch. Warum haben Sie es geschrieben?

Als kleines Kind habe ich miterlebt, wie meine Großmutter mit dem Räucherschemel unter dem Arm zu den Leuten gegangen ist, um diese bei Krankheiten zu unterstützen. Sie hat mit dem Räucherschemel genau das geräuchert, was der Mensch gebraucht hat: Wenn er Magenprobleme oder Kopfschmerzen hatte, dann hat sie die richtigen Zutaten genommen und diese über dem Räucherschemel verräuchert. Über die Fußsohlen, die man über den Räucherschemel stellt, können alle Informationen für das gerade betroffene Organ eindringen. Wir haben nämlich auf der Fußsohle den ganzen Körper abgebildet.

Was ganz neu in dem Buch ist: Es hat bisher meines Wissens zuvor noch keine Räucherrezepte – zum Beispiel gegen Kopfschmerzen, Herz-Kreislauf-Probleme oder niederen Blutdruck – gegeben, die veröffentlicht worden sind, zumindest nicht in einem Buch. Es sind alles Pflanzen, die von mir exakt zusammengestellt wurden, so wie sie verräucherbar sind. Ich habe beschrieben, welche Pflanze bzw. welcher Teil der Pflanze verwendet werden soll.

Möglicherweise ist das Blatt nicht verräucherbar, dafür die Wurzel oder umgekehrt.

Wie sind Sie auf die Rezepturen gekommen?

Vieles hatte ich schon gewusst und „erlebt“. Ich habe außerdem natürliches Kräuterwissen von Kindheit an mitbekommen. Bei mir ist es darüber hinaus so, dass ich spüre, was passt. Ich kann es zuordnen und weiß, was sich verträgt. Es sind klassische Helferlein aus der Natur, die dazu führen, dass das Organ gestärkt wird. Das ist mein Part. Mit dem Räucherwerk wird die Genesung des Organs unterstützt. Mischungen nimmt man deshalb, weil sie viel wirkungsvoller sind als einzelne Zutaten. Letztlich gibt es für fast alles ein Kraut.

Sie haben sich vor allem mit physischen Krankheiten beschäftigt. Ist Räuchern als Heilung von körperlichen Krankheitsbildern überhaupt noch bekannt?

Nein, bis jetzt hat sich niemand so mit dem Thema befasst. Es gibt viele sogenannte Kräuterweiblein, die auf der Alm in Tirol, Salzburg oder Oberösterreich leben. Sie sind betagt und gehen nicht in die Öffentlichkeit. Sie haben genauso das Wissen

übertragen bekommen, es aber für sich behalten oder in der Familie weitergegeben. Dementsprechend war es eine unglaubliche Recherche, bis ich zu den Räucherrezepturen gekommen bin. Die Kräuter sind ja für Krankheitsbilder bekannt, aber wie man sie zusammensetzt, welche Teile davon und wann sie nach welchen Mondphasen gepflückt werden sollen, nicht. Ich habe das für jeden nachvollziehbar beschrieben und einfach erklärt. Dadurch kann jeder auch selbst diese Rezepturen zusammenstellen. Ich möchte die Leute animieren, selbst tätig zu werden. Erwähnen möchte ich ausdrücklich, dass aus den Räucherrezepturen niemals ein Tee zubereitet werden darf.

Sie haben vorhin vom Räucherschemel erzählt. In Ihrem Buch haben Sie auch andere Methoden empfohlen. Warum können diese sinnvoller sein?

Das Räuchertuch verwendet man bei punktuellen Schmerzen. Das heißt, wenn ich Bauchkrämpfe oder -schmerzen habe, dann ist das Räuchertuch effektiver. Auch deshalb, weil auch die Fasern des Tuchs mit Rauch informiert werden. Wenn ich das Tuch über die Stelle halte, wo ich die Schmerzen habe, dann lässt die Faser los,



Kinder haben einen natürlichen Zugang zum Räuchern.

FOTO: K.K.

und durch die Körpertemperatur von 37 Grad kann die Wirkung dort schnell eintreten. Ich habe schon sehr viel mit Leuten experimentiert und bemerkt, dass dadurch ein Krampf sehr schnell loslässt, weil es punktuell wirkt.

Im Raum räuchern ist dann sinnvoll, wenn ich es nicht über die Fußsohle oder das Tuch machen möchte. So kann man zum Beispiel das Immunsystem stärken, wenn ich das Räucherwerk auf einen Tisch stelle und mich einfach in diesem Raum befinde. Dann nimmt jede Zelle des Körpers die Informationen auf.

Was passiert, wenn zum Beispiel jemand mit einer Allergie zu Ihnen kommt?

Ich selbst habe kein Institut oder eine Praxis, sondern bin diejenige, die das Räucherwerk herstellt und auch verkauft. Wenn jemand eine Krankheit hat, dann ist er oder sie in der Eigenverantwortung. Ich heile nicht, sondern meine Räucherwerke tun gut bei diesem und jenem Krankheitsbild. Wenn sich jemand davon angesprochen fühlt, kann er das Räucherwerk kaufen und anwenden, wie ich es im Buch beschrieben habe. Räuchern ersetzt keinen Arztbesuch, sondern ist eine unterstützende Maßnahme.

Sie ermutigen Menschen, selbst zu räuchern. Kann es wirklich jeder?

Ja, denn Räuchern ist Intuition und jeder

spürt selbst, wann und wie lange er die Anwendung machen will. Diese Art des Räucherns hat nichts mit Vorschriften oder Regularien zu tun. Solange der Körper mir deutet, er braucht es, so lange macht man es.

Die Qualität des Räucherwerks ist wichtig.

Was sollen Menschen machen, die keine Kräuter vor der Haustür suchen möchten?

Man muss sehr wohl kreativ sein und sich fragen, wo krieg ich so etwas her? Natürlich kann man auch bei mir bestellen, denn ich biete auch an, ein persönliches Räucherwerk herzustellen. Da kann jeder auf mich zukommen und das in Anspruch nehmen. Die meisten Kräuter kann man aber zum Beispiel auch im Bioladen oder in Apotheken kaufen. Gerade dort sind die Kräuter zertifiziert und müssen eine gewisse Qualität haben.

„Die Räucherapotheke für den Körper“ ist Teil 1 einer Trilogie: Wann dürfen wir uns auf die

nächsten zwei Bände freuen?

Es war eine große Herausforderung für mich, dieses Buch zu verfassen – ich habe von Ende Mai bis November daran geschrieben. Pro Krankheitsbild habe ich rund zwei bis drei Tage damit verbracht, nicht nur die Ursache, sondern auch das richtige Räucherwerk und die damit verbundene Affirmation zu finden, die sich auf das Krankheitsbild beziehen. Mit dem nächsten Buch, das sich um die Unterstützung für die Seele dreht, wird es vielleicht einfacher, weil ich schon viele Räuchermischungen gegen seelische Probleme habe – doch ich möchte alle psychischen Krankheitsbilder erfassen, weil man gerade in heutiger Zeit gerade auch gegen Alzheimer oder Demenz als Unterstützung viel tun kann. Wenn alles gut läuft, werde ich wieder von Ende Mai bis November schreiben. Aber darüber hinaus möchte ich ja auch die Räucherwerke zur Unterstützung bei körperlichen Krankheiten in den Handel bringen.



Im Rahmen der Messe „gesund & glücklich“ im November vergangenen Jahres in Klagenfurt wurde das neueste Buch der Räucherin Annemarie Herzog „Die Räucherapotheke für den Körper“ vorgestellt. Auf dem Bild (von links) Verleger Markus Schirner, „Räucherin“ Annemarie Herzog und Messeorganisator Rolf Bickelhaupt am Räucherschemel.

FOTO: K.K.



Räuchern mit dem Räuchertuch.

F: K.K.



Räuchern mit dem Räucherschemel.

KONTAKT:
Annemarie Herzog
 Tel.: +43 (0)664 7376 5521
 achanta@malusa.at
www.malusa.at

Fordere viel von dir selbst und erwarte wenig von anderen. So wird dir viel Ärger erspart bleiben.



Lesetipps

VON HEIDI SCHIRNER

Annemarie Herzogs Räucherbücher



Annemarie Herzog: „Die Räucherin – Altes Wissen heute nutzen“

Annemarie Herzog ist „Die Räucherin“. Durch einen balinesischen Heiler erreichte sie der geistige Ruf ihrer Großmutter, das fast vergessene Wissen um die Räucherkunst wieder zu erinnern und anzuwenden. Über 10 Jahre hinweg beschäftigte sie sich mit dieser alten Kunst, forschte in ihrer Erinnerung und bei alten noch lebenden Kulturen dieser Welt. Entstanden ist ein Buch, welches ihr Wissen nun weitergibt. Mit wunderschönen Illustrationen und Fotos von ihren Reisen durch die Welt erzählt uns Annemarie Herzog, wie man Räume energetisch reinigt, sie von Fremdenergien befreit, aber auch wie man das Energiefeld des Menschen reinigen kann, um die Selbstheilungskraft, die jedem Menschen innewohnt, freizusetzen. Viele Erfolgsberichte krönen ihre Arbeit, die noch lange nicht zu Ende ist. Im kommenden Jahr erscheint das zweite Buch dieser authentischen und sympathischen Frau mit vielen weiteren Rezepten und Anwendungen.

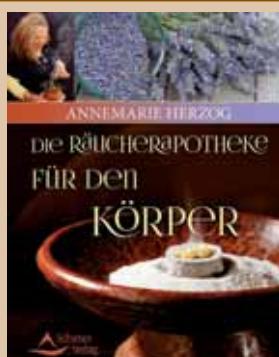
Schirner Verlag, 149 Seiten, ISBN 978-3-8434-1050-2
€ 16,95 [D] | € 17,50 [A] | € 18,10 [I] | Fr. 27,90 [CH]



Annemarie Herzog: „Die Räucherapothek für den Körper“

So ein Buch hat es noch nie gegeben: Altes Räucher-Kräuterwissen zur Linderung von körperlichen und seelischen Beschwerden! Annemarie Herzog begleitete als Kind viele Jahre lang ihre Großmutter, half ihr beim Sammeln der heilenden Kräuter und erhielt später das ganze Wissen übertragen. Sie gibt dieses zusammen mit ihren langjährigen Erfahrungen in diesem Buch weiter. Ein umfangreiches Verzeichnis der Krankheitsbilder mit entsprechender Räucheranwendung nebst einem Kräuterlexikon der heimischen Pflanzen ist darin enthalten. Das Einzigartige an diesem Buch ist, dass jedem Krankheitsbild sowohl auf körperlicher als auch auf seelischer Ebene begegnet wird. Neben dem entsprechenden Räucherrezept hat Annemarie Herzog auch die möglichen seelischen Ursachen herausgearbeitet und bietet zur Umkehrung des Gedankenmusters jeweils eine Affirmation (positiver Leitsatz) an. Alles wunderschön bebildert, auch mit Fotos aus dem Privatarchiv der Autorin.

Schirner Verlag, 152 Seiten, ISBN 978-3-8434-1164-6
€ 9,95 [D] | € 10,30 [A] | € 10,60 [I] | Fr. 15,90 [CH]



Erschienen im Schirner Verlag,
erhältlich im Buchhandel.

Die Räucherapothek für den Körper beinhaltet:

- ❖ 100 Räucherrezepte für verschiedene Krankheitsbilder
- ❖ Die uralte Anwendung mit dem Räucherschemel und dem Räuchertuch
- ❖ Die mögliche seelische Ursache jeder Krankheit ist von mir ausgearbeitet worden
- ❖ Zu jeder Krankheit gibt es eine Affirmation, die man während des Räucherns sprechen kann
- ❖ Das Räuchern für den Körper wurde noch von keinem Autor in dieser Form beschrieben.



Annemarie Herzog: Räucherexpertin, Dozentin, Buchautorin.

Aus dem Buch habe ich 15 verschiedene Räucherwerke hergestellt, die Sie bei mir kaufen können.

Siehe www.malusa.at

Auch den Räucherschemel können Sie bei mir beziehen.

Gerne können Sie mich für einen Vortrag oder Workshop buchen.



Kontakt: annemarie.herzog@chello.at www.malusa.at