

Heilung und Reinigung mit Rauch

Die Diplom-Biologin Elke Böhm aus Wertheim hält am Mittwochabend in der Volkshochschule Marktheidenfeld einen Vortrag und räuchert anschließend im Alten Rathaus ein wenig ein.

Von DOROTHEA FISCHER

MARKTHEIDENFELD Um menschliche Stimmungen zu verbessern oder Räume zu reinigen, führen die Menschen vieler Kulturen seit Jahrtausenden Räucherzeremonien durch. Sie können auch der Heilung und Segnung dienen oder werden für spirituelle Verbindungen eingesetzt. Elke Böhm beschäftigt sich schon viele Jahre lang mit diesen überlieferten Ritualen.

Ihr Wissen zu Heilkräutern und deren Wahrnehmung über den Geruchssinn gibt sie am 27. November in einem Bildvortrag an der Volkshochschule (Vhs) in Marktheidenfeld weiter. Die 49-jährige Diplom-Biologin arbeitet als Reiseleiterin, Gästeführerin in ihrem Wohnort Wertheim und im Naturpark Spessart. Zudem bietet sie Seminare und Vorträge über Kräuter, Heilpflanzen und Gartenkunst an.

In ihrer heimischen Küche in Wertheim bewahrt Böhm getrocknete Harze, Blüten und Blätter in Schraubgläsern auf. Auf dem Küchentisch steht ein Tablett mit den Utensilien: Kerzen, ein Mörser, Räucherschalen, gefüllt mit Sand, Kohle und eine Bussardfeder. Sie symbolisiert den Kontakt zum Himmel, erklärt Böhm und verteilt mit der Feder den Rauch im Raum.

Auf dem Tisch platziert sie ein Stövchen mit zerstoßenem Fichtenharz und Alantwurzelstücken (Sonnenbraut). Es steigt ein süßlich duftender Rauch auf und vermischt sich mit dem Aroma des Thymiantees. Die Komposition hilft gegen Atemwegsbeschwerden.

„Der Geruchssinn ist unser ältester Sinn“, erklärt Böhm. Es gibt über 10 000 verschiedene Duftmuster, von denen die meisten Menschen nur einige hundert unterscheiden können. Ätherische Öle wohlriechender Heilpflanzen, etwa von Lavendel, Zimt, Salbei oder Süßgras sind leicht flüchtig, weshalb sie zum Räuchern immer frisch gemörsert werden.

Im Unterschied zu Duftölen, bei denen über die Wärme einer Kerze nur die Essenzen der ätherischen Öle im Raum verteilt werden, verbrennen beim Räuchern alle Bestandteile der Pflanzen, von den Harzen über die Rinde bis hin zu den Wurzeln. „Man sagt auch, dass sich im Rauch der Geist der Pflanze offenbart“, so Böhm.

Gerüche haben einen direkten, ungefilterten Zugang zum Stammhirn und auf die Psyche. Abhängig



An ihrem Küchentisch zeigt Elke Böhm die Zeremonie des Räucherns.

FOTOS: DOROTHEA FISCHER



Wurzelstücke des Alants (Sonnenbraut) kommen zum Weihrauch.



Das Kohlestück wird über der Kerzenflamme erhitzt, bis es zu glühen beginnt. Erst wenn es durchgeglüht ist, platziert man darauf Weihrauch.

von dem Kraut oder der Heilpflanze wirken die Düfte durch den Räuchervorgang auf die Stimmung, erklärt die 49-Jährige. Lavendel beruhigt den Geist. Beifuß wird eine reinigende Wirkung zugeschrieben. Myrrhe desinfiziert, klärt und schenkt Ruhe. Damit diese eintritt, wird das Räuchern zelebriert – etwa so, wie man es vom Teetrinken in Japan kennt.

Auch die Mischung der einzelnen Zutaten gehört für Elke Böhm zur Zeremonie. Im Esoterik-Handel gibt es fertige Weihrauch-Sets, die Namen

wie „Die Wahrheit hereinlassen“ oder „Engelsrufer“ tragen. Von denen hält Böhm nicht viel, denn darin seien oft Zutaten von minderwertiger Qualität verarbeitet. Weihrauch vom orientalischen Olibaum aus spät im Jahr geerntetem Harz kann schon mal einen Euro je Gramm kosten.

Weihrauch aus heimischen Fichten

Die darin enthaltene Boswelliasäure soll gegen Depressionen hel-

fen, aber auch bei chronischen Entzündungen wie dem Morbus Crohn. Günstiger ist das Räuchern mit „boarischem Weihrauch“, den Böhm selbst aus Fichtenharz gewinnt. Überhaupt hat das Räuchern nicht nur in der Antike, in Asien oder Arabien eine lange Tradition, sondern auch im Alpenvorland, weiß Böhm.

So haben die Rauhächte „zwischen den Jahren“ ihren Ursprung in der katholischen Kirche. Die Bauern räucherten einst in den zwölf Nächten zwischen Weihnachten und

Dreikönigstag die Ställe aus, um ihr Vieh gesund zu erhalten.

Auch Elke Böhm nutzt die Zeit, um mit dem zu Ende gehenden Jahr abzuschließen und sich auf das neue vorzubereiten. In esoterischen Kreisen glauben Anhänger an eine magische Zeit, dass Geister erscheinen, deuten die Zukunft, beschwören Orakel. Am Dreikönigstag findet dann das krönende Abschlussritual statt. Die Sternsinger räuchern kräftig ein und segnen Haus und Hof.

Vhs-Vortrag

In ihrem Vortrag bei der Vhs Marktheidenfeld am Mittwoch, 27. November, um 20 Uhr im Alten Rathaus gibt Elke Böhm einen Einblick in die Mythologie und die Rituale des Räucherns.

Unter dem Titel „Botschaften an den Himmel & himmlische Düfte – von Weihrauch, Myrrhe und anderem Räucherwerk“ stellt Böhm zudem heimische und exotische Räucherpflanzen vor. Im Anschluss wird sie zusammen mit den Teilnehmern das Räuchern praktisch vorführen. (DFI)

Unfallflucht in Marktheidenfeld schnell geklärt

MARKTHEIDENFELD Eine Unfallflucht beobachtete am Freitag eine aufmerksame Zeugin auf dem Parkplatz eines Supermarkts in der Marktheidenfelder Luitpoldstraße. Wie die Polizei mitteilt, stieß eine Autofahrerin um 12 Uhr beim Rangieren mit ihrem Wagen gegen ein anderes Fahrzeug und fuhr davon, ohne sich um den Schaden zu kümmern. Das Kennzeichen aber notierte sich die Zeugin, und sie informierte beim Eintreffen die Besitzerin des beschädigten Autos. Diese erstattete dann Anzeige wegen Unfallflucht. Die Unfallverursacherin, eine 69-jährige Frau, war schnell ermittelt. (LIES)

Unter Drogen und Alkohol am Steuer

MARKTHEIDENFELD Bei einer Verkehrskontrolle in Lengfurt erappte die Polizei am Samstag gegen 12.15 Uhr wurde einen 37-jährigen Fahrer, der offenbar unter Drogeneinfluss stand. Wie die Polizeiinspektion Marktheidenfeld mitteilt, bestätigten Tests den Verdacht und ergaben noch dazu eine Alkoholisierung. Bei zwei Mitfahrern – ein ebenfalls 37-Jähriger und ein 26-Jähriger – entdeckten die Beamten verbotene Betäubungsmittel, einen LSD-Trip, eine Kräutermischung und eine geringe Menge Amphetamin. Gegen alle drei sind Strafverfahren eingeleitet. (LIES)

Lichtblicke in den dunklen Wintertagen

Johanniter Weihnachtstrucker starten wieder – Unterstützung von Marktheidenfelder Firmen und Schulen

MARKTHEIDENFELD Die Johanniter Weihnachtstrucker starten in diesem Winter wieder Touren nach Südosteuropa, um notleidenden Menschen zu helfen. Auch die Marktheidenfelder Firmen Warema, Reifen Holley und einige Schulen unterstützen die Aktion erneut mit großem Engagement, heißt es in einer Pressemitteilung. Der Startschuss für die Hilfsaktion, an der sich alle beteiligen können, ist am Samstag gefallen.

„Für uns ist es ein fester Bestandteil in der Vorweihnachtszeit, Paketen für die Johanniter-Weihnachtstrucker zu packen“, sagt Alexander Thauer, Betriebsratsvorsitzender von Warema in Marktheidenfeld. Jährlich ruft der Betriebsrat die Belegschaft auf, Pakete mit Grundnahrungsmitteln und Hygieneartikeln zu packen. Auch Schulen, Kindergärten, Vereine und andere Firmen sowie Privatleute in der Region sind dazu eingeladen, die Aktion zu unterstützen und Hilfspakete zusammenzustellen. Einige Schulen haben bereits ihre Hilfe zugesagt. Auch die Firma Reifen Holley unterstützt die Aktion als Sammelstelle für Pakete erneut.

Zwischen Weihnachten und Silvester werden diese dann in mehreren Lkw-Konvois von ehrenamtlichen Fahrern sowie Helfern der Johanniter nach Albanien, Bosnien-Herzegowina, Bulgarien, Nord- und Zentral-Rumänien sowie die Ukraine gebracht.

Einen der Lkw werden die beiden Warema Kollegen Jörg Behnke und Pascal Molkenhuth fahren. Gemeinsam mit mehr als 40 anderen Sattelschleppern und über 100 ehrenamtlichen Kollegen werden sie am 26. Dezember von Landshut aus zu ihrer etwa sechstägigen Tour aufbrechen. Ziel der Konvois sind ausgewählte Kleinstädte und Dörfer. Dort werden die Pakete mit großer Unterstützung seitens ortsansässiger Partnerorganisationen wie etwa Kirchengemeinden, Schulen oder privaten Initiativen möglichst persönlich an die Empfänger übergeben. Zu ihnen gehören so-

zial schwache und kinderreiche Familien, Waisen, Kindergarten- und Schulkinder, Senioren oder Bewohner von Roma-Siedlungen. Allein 2018 konnten über 56 000 Päckchen in die Zielländer gebracht werden.

„Wir werden in dem Konvoi nach Nord-Rumänien mitfahren“, berichtet Jörg Behnke, der in diesem Jahr bereits zum fünften Mal als ehrenamtlicher Fahrer zu Verfügung steht. In den Tagen zwischen den Jahren wird er gemeinsam mit Pascal Molkenhuth rund 3000 km hinter sich bringen und über 1000 Pakete vom Lkw abladen und überreichen. „Die Freude, die die

Menschen vor Ort ausstrahlen, ist unbeschreiblich“, erinnert sich Behnke an die Erfahrungen, die er bereits in Bosnien und Rumänien gesammelt hat. „Die Menschen benötigen diese Hilfe dringend. Es ist beeindruckend zu sehen, welche Lichtblicke die Hilfgüter in den dunklen, kalten Wintertagen für sie sind.“

Pakete ungefähr gleichwertig

Jeder kann ein Hilfspaket packen oder die Aktion durch eine Spende unterstützen. „Die Pakete sollen anhand einer Packliste gepackt werden“, bittet Alexander Thauer. „Dies ist aus zollrechtlichen Gründen wichtig und zudem möchten wir, dass alle Pakete in etwa gleichwertig sind.“ Die Pakete sollen enthalten:

1 Geschenk für Kinder (Malbuch oder -block, Malstifte), 2 kg Zucker, 3 kg Mehl, 1 kg Reis, 1 kg Nudeln, 2 Liter Speiseöl in Plastikflaschen, 3 Packungen Multivitamin-Brausetabletten, 3 Packungen Kekse, 5 Tafeln Schokolade, 500 g Kakaotränkepulver, 2 Duschgele, 1 Handcreme, 2 Zahnbürsten, 2 Tuben Zahnpasta. Verpackt werden soll das Ganze in stabile Kartons, idealerweise mit den Maßen 30 auf 40 auf 30 Zentimeter. Passende Kartons können ab sofort bei Reifen Holley abgeholt werden. Gerne kann ein Gruß beigelegt und der Karton bemalt oder mit Geschenkpapier verpackt werden. Bis zum 16. Dezember können Pakete bei Reifen Holley abgegeben werden. (MIA)



Jörg Behnke beim Entladen des Lkw in Rumänien. Die Johanniter Weihnachtstrucker starten in diesem Winter wieder Touren nach Südosteuropa, um notleidenden Menschen zu helfen. FOTO: STEFFEN KAISER

Grüngutabfälle immer zum Wertstoffhof

Appell der Stadt

MARKTHEIDENFELD Aus gegebenem Anlass weist die Stadtverwaltung Marktheidenfeld darauf hin, dass Rasenschnitte, Grüngutabfälle und naturbelassenes Sägemehl nicht an Feldwegen, am Waldrand und an Straßenböschungen entsorgt werden dürfen. Verstöße werden angezeigt, heißt es in einer Pressemitteilung.

Haushaltsübliche Mengen

Für diese „grünen“ Abfälle bittet die Stadtverwaltung, den Grüngutcontainer im Marktheidenfelder Wertstoffhof zu nutzen. Der Grüngutcontainer kann von Bürgern aus Marktheidenfeld zu den Öffnungszeiten des Wertstoffhofs mit Zweigen und Ästen bis zu einem Durchmesser von maximal 15 Zentimetern in haushaltsüblichen Mengen befüllt werden.

Alternativ stehen die halbjährlichen Grüngutabfallsammlungen sowie die Biotonne zur Verfügung. Zudem sind im Bürgerbüro der Stadt Marktheidenfeld Restmüll- und Grüngutsäcke erhältlich. Restmüllsäcke sind zudem auch an der städtischen Deponie „Plattenschlag“ im Stadtteil Glasofen zu beziehen. Alle Verkäufe sowie Ausgaben erfolgen jeweils nur für haushaltsübliche Mengen. Eine weitere Verkaufsstelle für Restmüll- und Grüngutsäcke in Marktheidenfeld ist das Bauzentrum Gebhardt am Nordring 4. Die Verkaufsgebühr für Restmüllsäcke beträgt vier Euro pro Stück, für Grüngutsäcke 2,50 Euro pro Stück.

Für die Bauschuttdeponie und den Wertstoffhof „Plattenschlag“ Marktheidenfeld – Eichenfürst gelten bis 31. März die Winteröffnungszeiten: Montag, Freitag und Samstag jeweils von 10 bis 12 Uhr, Dienstag von 13 bis 15 Uhr. (MIA)

Adresse: Wertstoffhof am Plattenschlag, Stadtteil Glasofen beim Weiler Eichenfürst, Tel.: (09391) 8674.

Baumhofstraße wird eingeschränkt freigegeben

MARKTHEIDENFELD Endspurt bei den Arbeiten in der Baumhofstraße in Marktheidenfeld: Ab Freitag, 6. Dezember, wird die Baumhofstraße eingeschränkt freigegeben und wird dann nur noch im Kreuzungsbereich halbseitig gesperrt.

Das Baugebiet Istelgrund, die Gaststätte Baumhofstern sowie die Haltestellen des Stadtbusses sind somit laut Pressemitteilung beschränkt über die Baumhofstraße zu erreichen.

Der als Umleitung dienende Feldweg entlang der Baumhofstraße wird weiter aufrechterhalten. Die Arbeiten in der Baumhofstraße sind voraussichtlich im März 2020 komplett abgeschlossen. (LEK)

Stromarbeiten: Halbseitige Sperrung „Am Maradies“

MARKTHEIDENFELD Wegen Arbeiten an der Stromleitung wird die Straße „Am Maradies“ zwischen Baumhofstraße und Wonnemar in Marktheidenfeld ab Montag, 25. November, 7 Uhr halbseitig gesperrt. Der Verkehr wird phasenweise durch eine Ampel geregelt.

Die Arbeiten dauern bis voraussichtlich Mittwoch, 18. Dezember, 18 Uhr an. (LEK)

Geruch nach Marihuana im Auto

URSPRINGEN Marihuana-Geruch hat am Samstagabend eine Polizeistreife bei der Kontrolle eines 20-jährigen Autofahrers in Urspringen wahrgenommen. Der Fahrer gab laut Polizeibericht zu, eine geringe Menge der Droge zu haben. Die Beamten stellten den Stoff sicher und zeigten den 20-Jährigen an. (LIES)