

Kräuter und Sinneswelten

Wir leben in einem Riesen-Kulinarium, dessen Reichtum wir aber nur erfassen können, wenn wir unsere Sinne öffnen.

Kräuterexpertin Bernadette Orth lädt ein zur „reinen Wahrnehmung.“ Text von Harald Koisser

Menschen haben zu Kräutern ganz unterschiedliche Zugänge. Die einen wollen sie botanisch erfassen, samt lateinischem Namen und Heilwirkung. Die anderen kulinarisch – was schmeckt ungewöhnlich und extravagant und passt zu Chateau Ausonne? „Ich möchte die Leute anregen, eine Beziehung zu den Kräutern herzustellen, mit ihnen in Kommunikation zu treten“, sagt Bernadette Orth, Kräuterexpertin und Leiterin einer Aura-Akademie. Wenn man einen eigenen Garten hat, versteht man relativ rasch, was damit gemeint ist. Der Garten und der Mensch stellen sich aufeinander ein. Der Garten liefert jene Kräuter, die der Mensch braucht. Für Bernadette Orth ist das so. Im Kloster Pernegg, wo ich Fastenurse abhalte, ist von einer Saison auf die andere plötzlich viel Wermut gewachsen, ein Kraut, das gegen Kopfschmerzen und Übelkeit hilft. Diese Zustände lernen Fastende, die sich von Kaffee und Süßigkeiten verabschieden, durchaus kennen. Wie gut, dass der Wermut wusste, dass wir ihn in Pernegg brauchen!

„Wir haben uns vom Rhythmus des eigenen Herzens und unserer Verbindung mit der Umwelt entfernt“, meint die Kräuterexpertin, „dann kaufen wir um

viel Geld abgepackte ausländische Kräuter.“ Das ist Unfug. Die Natur gibt uns das, was wir brauchen. Wir sollten das konsumieren, was 100 km rund um uns wächst. Mit dem sind wir verbunden. Die Natur hat auch uns Europäern Kräuter gegeben. Nur sollten wir wieder Kontakt mit ihnen aufnehmen und nicht dem vertrauen, was Dr.Oetker für uns abgepackt hat. Die wunderbarsten Kräuter gibt es gratis und ganz frisch vor der Haustür. Das gilt auch für Leute, die in der Stadt wohnen. Dass jemand in der Stadt glaubt, auf den Supermarkt angewiesen zu sein, läßt Orth nicht gelten: „Wien liegt doch in einem Riesen-Kulinarium. Man muss nur hinaus in die Umgebung und kann sich bedienen. Und was braucht man mehr als Kräuter, ein hochwertiges Öl, eine Scheibe Brot und einen herrlichen Wein?“

Zucker dort, Schokolade da. Schnickschnack, meint Bernadette, der Körper giere bloß nach Süßigkeiten, weil das Autoimmunsystem verwirrt und verirrt ist. Aber die Kräuter würden es gut machen und alles wieder in's Lot bringen.

„Die Menschen müssen ihre fünf Sinne und ihre höheren Sinne wieder aktivieren. Der Verstand kann dabei nicht hel-

fen, es geht um reine Wahrnehmung. Es geht darum, dem Impuls des Herzens zu folgen.“ (Orth). Wer nicht weiß, was das bedeutet, soll sich einfach ein paar Minuten neben blühenden Lavendel stellen, „denn er öffnet feine Sinneswelten und bringt dich in Harmonie.“

„Wir müssen endlich unsere Sinne öffnen und“ – Bernadette Orth lacht – „unseren Verstand verlieren.“ Oder wir räuchern als Alternative einmal mit Beifuß, denn der öffnet den Geist.

„Leicht war es nicht, als wir mit dem Lichtkräuterhof begonnen haben“, sinniert sie, „der Pfarrer im Ort hat angeblich gesagt, der Lichtkräuterhof sei suspekt, weil sie dort auch den Regenwürmern danken.“

Kräuterseminare am Lichtkräuterhof:
www.lichtkraeuterhof.at

