



Bio Oregano

der „Bergfreund“
die „Zierde der Berge“
aus Griechenland,
der uns machtvoll auf die Füße stellt!

Oregano, der uns mit unseren Kraftreserven wieder in Verbindung bringt!

Oregano, der uns neue Perspektiven bringt!

Bitte beachten Sie:

Hydrolate ersetzen bei körperlichen wie psychischen Beschwerden keine Fachperson aus dem Gesundheitswesen und dienen nicht zur Selbstbehandlung bei Beschwerden!

Äusserlich angewendet sind sie eine sanfte und angenehme Begleitung für unser Wohlfühl!

Geschichte und Mythos

Oregano ist eine sehr alte Heilpflanze und war bereits im antiken Griechenland bekannt. Oregano, im lateinischen *Origanum vulgare* genannt, ist auch unter dem Namen Dost und Wintermajoran bekannt, hat aber mit unserem bekannten Majoran nichts gemeinsames, da er ganz andere Wirkstoffe besitzt.

Er gedeiht besonders gut in der heissen Sonne Südeuropas, die er über alles liebt!

Ursprünglich stammt er aus dem Mittelmeergebiet und wird heute auf der ganzen Welt in warmen und gemässigten Breiten angebaut. In fast ganz Europa gibt es natürliche Vorkommen.

Oregano ist eine sehr alte Heilpflanze und war bereits **im antiken Griechenland bekannt** und geschätzt, was alte überlieferte Schriften von Hippokrates und Dioscurides bewiesen. Beide Gelehrten wiesen auf die **starke Heilkraft** des Oregano hin.

Mit Beginn der modernen Medizin aber wurde das Wissen um viele Heilkräuter verdrängt. Oregano wurde immer mehr nur noch als Würzkräuter in der mediterranen Küche gesehen. Aus Europa stammend wurde Oregano oft in den Nahen Osten exportiert.

In unseren Regionen ist Oregano seit dem Mittelalter als Heilpflanze bekannt und gehört zu den wirksamsten Antibiotika, die jemals untersucht wurden.

In der Antike schätzte man seinen Geschmack und seine medizinischen Eigenschaften.

Dioscurides bezeichnete Oregano als **hervorragendes Mittel für Menschen, die ihren Appetit verloren haben.**

Leclerc empfahl ihn bei **trägem Magen.**

In der Türkei ist Oregano seit dem 7. Jhdt. v. Chr. bekannt und viele griechische Schriftsteller, Philosophen, Kräuterkundige und Dichter preisten ihn und seine Heilkraft! In dieser Zeit ging man davon aus, dass er allein auf Kreta wachse.

Oregano ist das magische Kraut, mit dessen wir uns vor Hexen und Kobolden schützen.

Halten wir Oregano unter die Nase einer Hexe, wird selbst diese vom Teufel befreit!

Alle von Dämonen, bösen Geistern und **negativen Gedanken belasteten Menschen** hilft Oregano, sich davon zu befreien!

Verteilen wir Oregano in Duftschildchen im ganzen Wohnbereich, sind wir vor Diebstahl, Hexerei und Zauberei geschützt!

Als Brautstraus oder als Origanumzweig in den Schuh gelegt, schützt er die Braut vor allem Bösen!

Der Name Oregano, auch übersetzt in „Wohlgemut“, weist auf seine **aufheiternde, von Kummer befreiende und Lebensfreude verbreitende Wirkung** hin!

Oregano selbst wird weder von einer Krankheit noch von Schädlingen befallen, und im Sommer **hält er alle Insekten fern.**

Wirkung allgemein

Noch in einer Verdünnung von 1:50000 ist das äth.Öl gegen Schimmelpilze aktiv! Die überaus starke **antibakterielle und entzündungshemmende Wirkung** ist wissenschaftlich mehrfach nachgewiesen. In Lebensmitteln verhindert es das Wachstum von Coli-Bakterien.

Oregano gilt **als grossartige Hilfe bei jeglicher Art von Krankheitsanfälligkeit! Im Ayurveda** wird er besonders hervorgehoben durch seine **Wirkung im Verdauungs- und Nervenbereich!**

Psychische Wirkung

Oreganohydrolat ist eine optimale Unterstützung bei **starker Verspannung und Unruhe** wie auch bei **Burn Out!**

Es ist ein ausgesprochen kraftvoller Helfer, der uns **neue Vitalität und Energie** schenkt, **wenn wir noch Leistung zu erbringen haben, obwohl wir körperlich und psychisch erschöpft sind.**

In Verbindung mit unseren Kraftreserven setzen wir uns **dynamisch, mutig, gezielt und bewusst** durch!

Chaotisches und unüberlegtes Handeln wandeln wir um in mit **geistiger Klarheit, Ruhe und Kraft, überlegt und zielgerichtet getroffenen Entscheidungen!**

Energetische Wirkung

Geben wir Oregano in eine Duftlampe oder nutzen das Hydrolat als Spray, können wir wieder **tief durchatmen, unser Geist klärt sich und der Körper entspannt. Nach überaus anstrengender Kopfarbeit** gönnen wir uns so eine aromatische Atempause! Mit Oregano **springen wir auch über unseren eigenen Schatten** und **sprengen alle selbstgesetzten falschen Rahmen und Grenzen!** So kommen wir zu **neuer Lebensfreude, Fröhlichkeit und Unbeschwertheit** im Alltag!

Spirituelle Wirkung

Oregano – das Hydrolat und äth.Öl der **Demut und Nicht-Anhaftung! Zentriert und die Gedanken geordnet** können wir in und von bestimmten Situationen Abstand nehmen und diese aus einer ganz anderen Perspektive betrachten. Der vorherige eindimensionale Blick wandelt sich zu vielen **neuen Eindrücken und Ansichten.** Mit Oregano **stärken wir unsere ICH-Kraft** und sind **emotional nicht mehr angreifbar!**

Kosmetische Wirkung

Oregano hilft bei Hautbeschwerden und vor allem bei trockener bis sehr trockener Haut!

In einer Lotion oder mit einem Öl gemischt, ergibt es ein ausgezeichnetes Nagelöl!

Vorsicht: Das Hydrolat wird pur oder verdünnt in Crème, Lotion oder Aloe Vera-Gel nur punktuell, auf betroffene Stellen aufgetragen! Es darf nicht in die Schleimhäute oder Augen gelangen!

Einsatz in der Küche

Oregano ist wohl das typischste Gewürz der mediterranen Küche und mischt sich besonders gut mit Basilikum, Bergbohnenkraut, Fenchel, Lavendel, Lorbeer, Pfeffer, Rosmarin, Salbei, Thymian, Wacholder und allen Zitrusdüften! Bei Pizza und Tomatengerichten geben wir ein paar Sprüher über das fertige Gericht oder in eine Salatsauce. Oregano kann aber auch Esslöffelweise mitgekocht werden.

Rezept-Vorschlag: Kräuter-Hydrolat-Mischung 250g

mischen Sie die Hydrolate Oregano 40g, Thymian Linalol, Basilikum, Rosmarin, Fenchel und Ysop je 10g, Salbei und Lavendel je 5g mit den äth.Ölen Rosmarin 2Tr, Mandarine 5 Tr und Oregano 3 Tr in 150ml Olivenöl. Sie erhalten ein wunderbares Würzöl für die kalte und heisse Küche!

Für weitere Anwendungen kontaktieren Sie bitte eine Fachperson!

Quellennachweis: Dr.med. J.Valnet: Aromatherapie; R.Tisserant: das Aromatherapie-Heilbuch; Pric/Price: Aromatherapie; Dr.med.V.Schmiedel, Dr.med M. Augustin: Handbuch Naturheilkunde; Prof.Dr.med.V.Finetlmann/R.F.Weiss: Lehrbuch der Phytotherapie; Ch.Rätsch: der Atem des Drachen; Schaffner/Häfelfinger/Ernst: Phytopharmaka-Kompendium; O.Rippe, M. Madejsky: die Kräuterkunde des Paracelsus; W.D.Storl: Heilkräuter und Zauberpflanzen; J. Harding: die Welt der Kräuter; Dr.med. F.Grotenhermen: Hanf als Medizin; V.Lad/D.Frawley: Ayurveda Pflanzenheilkunde; G. Graichen: Heilwissen versunkener Kulturen; Interne