



Foto Erika Bergner

Gewürzlorbeer – der echte Lorbeerbaum (*Laurus nobilis*)

Liebe Kundinnen und Kunden und liebe Freunde

Der echte Lorbeer ist immergrün und wird in unseren Breiten meist als kleine Bäumchen in großen Töpfen gezogen. Er ist wärmebedürftig. In der Natur werden die Lorbeerbäume bis 10 m hoch und etwa 100 Jahre alt. Im Mittelmeerraum kommt er verwildert vor.

Gewürzlorbeer wird in vielen Gerichten mitgekocht. Er hat heilende Eigenschaften. Lorbeer wirkt u.a. beruhigend, schmerzlindernd und entzündungshemmend. Es gibt in meiner Küche kaum eine Suppe ohne das würzig aromatisierende Lorbeerblatt.

In der Mythologie spielt der echte Lorbeer eine wichtige Rolle. Je nach Quelle sind die Aussagen unterschiedlich.

- Bei den alten Griechen war er dem Gott Apollon als Weisheit, Ruhm und Inspiration geweiht. Daphne wurde zum Schutz vor Apollon in einen Lorbeerstrauch verwandelt. Apollon verehrte darum den Lorbeer.
- In der Römischen Mythologie wurde der Lorbeerkranz im Kult um Jupiter als Sieges-Symbol, v.a. durch Julius Cäsar berühmt. Von Kaiser Augustus wurde er als Symbol für Frieden und Stärke verwendet. Heute werden „Vorschusslorbeeren“ davon abgeleitet.
- Im Christentum galt Lorbeer als heilige Pflanze, wurde als Symbol von Christus verwendet und schützte im Mittelalter vor Dämonen und bösen Geistern.
- In der Arabischen Welt galt Lorbeer als Symbol für Glück und Wohlstand und im
- Hinduismus für Reinheit, Schönheit und Wissen.

Aus diesem Mix der mythologischen Bedeutungen findet sich vielleicht ein Weg der Weisheit und der Stärke für die alltägliche Inspiration.

Ich bin dankbar für die vielseitigen Begegnungen und Erfahrungen 2024 und wünsche allen ein würziges und achtsames 2025!

Erika Bergner
erika.bergner@entwicklungsberatung.ch

Quellen: www.everyday-Feng-Shui.de, www.wikipedia.org