

Alge Villach – Ein Herzensprojekt

Ein eigenes Café mit selbstgemachten süßen Köstlichkeiten zu führen, dieser Wunsch machte sich im Laufe meines Lebens immer wieder bemerkbar. Aber es war – bildlich gesehen – nie mehr als das gelegentliche Aufflackern einer kleinen Flamme.

Jetzt aber ist es anders. Ab dem Zeitpunkt, als ich den Entschluss gefasst habe ein eigenes Rohkost Café zu eröffnen, brennt diese ursprünglich kleine Flamme beständig und erhellt mit ihrem strahlenden Licht mein ganzes Sein und alles darüber hinaus.

Im Jänner 2020 ist es dann soweit: In Villach, der zweitgrößten Stadt Kärntens, die ihre Gäste mit gemütlicher, südlich-mediteraner Lebensart bezaubert, eröffnen wir das erste vegane Gourmet Rohkost-Café mit dem klingenden Namen „Alge Villach“. Die Alpe-Adria-Stadt mit der Nähe zu Italien verspricht ganz viel „dolce vita“. Und dazu dürfen auch wir ab Mitte Jänner unseren Beitrag leisten. Zum Ersten mit dem vielleicht besten Bio Fair Trade Kaffee und zum Zweiten mit einem feinen Angebot an gesunden, vitalen, süßen und pikanten Roh-Köstlichkeiten. Alles in bester Bio-Qualität, versteht sich.

Die Alge Villach erfreut sich bereits in der Vorbereitungsphase regen Zuspruchs und wir sind schon voll der Vorfreude im Hinblick auf's Verwöhnen unserer zahlreichen Gäste. Für mich als mutige Quereinsteigerin, kreativer Freigeist, begeisterte Genießerin und Rezeptentwicklerin ist dieser neue Weg eine weitere Stufe auf meiner Lebensleiter, die ich voll Freude und in vollstem Vertrauen betrete – tatkräftig unterstützt von meinem Lebenspartner Andreas und der sensationellen Alge Initiative.

Wie es letztendlich dazu kam, möchte ich gerne in einem Rückblick auf mein Leben illustrieren.

Die wirklich klare Entscheidung mein Leben selbst in die Hand zu nehmen, dabei auf die Stimme meines Herzens zu lauschen, ihr zu vertrauen und ihr zu folgen, habe ich vor ca. 10 Jahren gefällt. Mein Leben verlief bis dahin in Kreisen. Zu dieser Zeit wurde mir zum ersten Mal so richtig bewusst, dass Vieles, dass mir in meinem Leben „passierte“ immer wieder kehrte – lediglich mit anderen Mitspielern, in einem anderen Kontext. Ich hatte es zu diesem Zeitpunkt so richtig satt. Ich wusste, dass ich mein Leben bis zu diesem Moment an einem immer wieder kehrenden Muster ausrichtete, welches ich aber nicht zu erkennen vermochte. So aber wollte und konnte ich mein Leben nicht mehr weiter führen. Es brauchte eine Veränderung.

Wie es der „Zu-Fall“ so wollte, wurde ich auf die Ausbildung „Spirituelle Heilweise nach Alice A. Bailey“ aufmerksam und meldete mich – ohne lange zu überlegen – zur Teilnahme an. Das war, rückblickend gesehen, eine meiner besten Entscheidungen. Von da an entwickelte und entwickelt sich mein Leben spiralförmig aufsteigend. Das im Kreislaufen hatte sein Ende gefunden. Mein Erwachen nahm seinen Lauf.

Ich begann, neben meiner selbständigen Tätigkeit als Grafikerin und der spirituellen Ausbildung, selbst organisierte Tanzworkshops zu geben. Eine nachweisliche Befähigung (Kreativer Tanz) dazu, hatte ich mir bereits Jahre zuvor erworben. Auch die regelmäßige Teilnahme an den verschiedensten Tanz-Workshops und Intensivseminaren waren für mich als begeisterte „Freestyle Tänzerin“ selbstverständlich. Erst jetzt fand ich den Mut zur Umsetzung. Und das, weil ich der Stimme meines Herzens folgte. Sie wurde von nun an zu meinem Kompass.

Nach Abschluss der spirituellen Ausbildung entschloss ich mich, mein Leben (mein Sein und Wirken) „dem Wohle Aller“ zu widmen. Den Weg des Herzens zu gehen. Gemeinsam mit meinem Lebenspartner Andreas, der übrigens auch mein spiritueller Lehrer war und ist.

Im Jahr 2015 gründeten wir die flyingheart® Akademie „Für mehr Bewusst-Sein“. Unser Herzensanliegen war und ist es nach wie vor, das Bewusstsein und die Eigenständigkeit der Menschen zu stärken. Klangreisen, Herz-Coaching, Retreats, Intensiv-Seminare sowie ein Diplom-Lehrgang gab Interessierten die Möglichkeit zur persönlichen und spirituellen Entwicklung, sowohl ganzheitlich als auch integral.

Zu der geistigen und seelischen Nahrung in unseren Angeboten gesellte sich die Ernährung auf physischer Ebene. Diese wurde immer mehr zu einem gern besprochenen und diskutierten Thema. Nicht zuletzt deshalb, weil wir uns privat auch sehr intensiv damit beschäftigten. Seit 2013 ernähren wir uns vegan, davor schon über viele Jahre hinweg vegetarisch. Zudem gaben wir unsere Erkenntnisse und Erfahrungen gerne weiter. Dazu kam, dass wir uns im Frühjahr 2018 für eine Ausbildung zum veganen Ernährungstrainer mit Schwerpunkt Rohkost entschieden. Aus der Motivation heraus, durch die Ausbildung ein kompaktes Basiswissen in Sachen Ernährung zu erhalten, um noch fundiertere Empfehlungen und Informationen weiter geben zu können.

Für alles gibt es einen passenden Zeitpunkt und es gilt die Zeichen zu erkennen. Wir erkannten, dass wir mit unserem Projekt flyingheart® Akademie auf der Stelle traten. Das war im Frühjahr 2019. Wir reflektierten, hinterfragten, begaben uns in ein Retreat. Schließlich fassten wir gemeinsam den Entschluss unserem Leben eine neue Richtung zu geben. Wir fühlten uns frei und unabhängig und waren offen und neugierig dafür, was uns das Leben zu bieten hatte. Und es hatte. Wie es der „Zu-Fall“ so will, entdeckte ich im Internet die Alge Initiative. Nach kurzer Absprache mit Andreas schrieben wir gemeinsam die Bewerbung und schickten diese noch am selben Abend als E-Mail an den Alge Gründer Jürgen Gratze. Von da an wurde und wird der langgehegte Wunsch von einem eigenen Café Schritt für Schritt Wirklichkeit. Und es fließt. Von Anfang an. Die Vermieterin teilt die Begeisterung für unser Projekt und unterstützt uns, wo sie nur kann.

In der Alge Villach können wir unsere Vision, unser Herzensanliegen weiter leben und weiter geben. Wir lieben das Leben und betrachten es als Geschenk. Dieses Geschenk symbolisiert für uns gleichermaßen Möglichkeit wie Verantwortung. Möglichkeit zur Mitgestaltung an einer lebenswerten Welt und liebevolle Verantwortung nicht nur für uns selbst, sondern auch für diesen wunderschönen Planeten Erde mit all seinen Lebewesen. Kärnten wäre ja prädestiniert für ein reines Bio-Land. Auch wenn es das noch nicht ist, gibt es bereits viele wunderbare, biologisch-dynamisch anbauende und wirtschaftende Bauern mit Handschlagqualität. So darf sich die Alge Villach neben dem kulinarischen, gesunden Genuss auch zu einem Ort der Begegnung, der Information und Inspiration entwickeln. Geplant sind neben spannenden, themenbezogenen Vorträgen auch Impulsworkshops für die rohköstliche Zubereitung. Dabei ist es mir ein Anliegen, Bewusstseinsbildung in den Bereichen Nachhaltigkeit, gesunde Ernährung und Lebensführung zu fördern.

Die 18 Sitzplätze im Inneren und 18 Sitzplätze im – von Grün umrahmten Gastgarten – laden zum entspannten Genießen und Wohlfühlen ein. Für die in eigener Herstellung liebevoll zubereiteten Speisen werden voll-wertige Produkte rein pflanzlichen Ursprungs – Vegan, Rohköstlich, Frisch, Biologisch, Fair Trade, Regional, Saisonal – verarbeitet. Die Zubereitung erfolgt ausschließlich bis maximal 42 Grad, um die Natürlichkeit und die wertvollen Inhaltsstoffe der verwendeten Produkte zu erhalten. Selbstverständlich verzichten wir auf Industriezucker, Weißmehl, Zusatzstoffe,

Geschmacksverstärker, Konservierungsstoffe, usw. Allergiker dürfen sich freuen: Alle unsere Köstlichkeiten sind sowohl Gluten- als auch Laktose-frei. Die Alge Villach bietet neben Bio Fair Trade Kaffee von der Kaffeerösterei Exzelsior in Klagenfurt und Tee von Sonnentor, unter anderem auch gesunde Smoothies, frisch gepresste Säfte, hausgemachtes Joghurt, Süßspeisen, Salat-Bowls, Aufstriche, fermentiertes Gemüse, Frühstücksvarianten, Suppen, Brote . Alles in biologisch vitaler Rohkost-Qualität. Stolz sind wir auch auf das eigens für unsere Alge Villach angefertigte Geschirr unserer genialen Lieblingskeramikern Gerda Jaritz aus Graz. Jedes Teil ist von ihr mit Sorgfalt und Liebe handgefertigt. Damit werden unsere stets frischen Roh-Köstlichkeiten zum absoluten Star. Ein Genuss für alle Sinne! Come and see ☺

Manuela Knirschnig

Alge Villach – Lederergasse 4, 9500 Villach, villach@alge-vegan.at, www.alge.de/villach