



Düfte sind nie neutral, immer emotional und werden stets subjektiv bewertet. So ist zum Beispiel der Duft des Jasmins für mich besonders weiblich und erhebend. Durch seine süßliche Schwere gilt er manchmal als Fußnote, nach einer anderen Betrachtungsweise, da der Duft aus den Jasminblüten gewonnen wird als Herznote. Ich persönlich empfinde diesen Duft als Kopfnote, da er mich zu tiefst bewegt, inspiriert, beflügelt und positiv stimmt.

“Düfte sind Liebeserklärungen der Natur”

## Der Jasmin

Der Überlieferung nach stammt der Jasmin aus dem indischen Himalajagebiet. Durch die Mauren kam der bezaubernd duftende Jasmin im 16. Jahrhundert nach Spanien und bereits im 17. Jahrhundert hatte die Pflanze den gesamten Mittelmeerraum erobert. Es gibt über 2000 Jasminarten. Das betörend duftende ätherische Öl wird allerdings nur aus *Jasminum grandiflorum* (spanisch, nordafrikanisch) und *Jasminum sambac* (arabisch, indisch) gewonnen. Hauptinhaltsstoffe und Wirkungen beider Öle sind ähnlich. Der Duft von *Jasminum grandiflorum* hat einen besonders feinen Geruch, *Jasminum sambac* hingegen duftet schwerer. Indol, einer der charakteristischen Riechstoffe des Jasmins erinnert an Fäkalien und entwickelt erst in hoher Verdünnung seine kräftig blumige Note. Ist es verwunderlich, dass dieser unvergleichliche Duft Pheromoncharakter besitzt und aphrodisierend wirkt? Beim Menschen jedoch werden Pheromone korrekterweise als Chemosignale bezeichnet.

### Ätherisches Jasminöl

Für 1 kg ätherisches Jasminöl benötigt man 1 Tonne oder 8 Mio. Blüten. Damit gehört dieses Öl zu den kostbarsten Ölen, ähnlich dem Rosenöl und dem Irisöl.

Das ätherische Öl wird durch zwei Verfahren gewonnen. Die Enflourage, welche sehr arbeitsintensiv und das Öl daher sehr hochpreisig ist, wird kaum noch angewendet. Weit aus kostengünstiger ist die Extraktion mittels Lösungsmitteln. Bei Anwendung in der Aromatherapie ist daher auf rückstandskontrollierte Ware zu achten.

### Das Wirkspektrum

Frauen und Männer lieben diesen betörenden Duft, der tiefste Gefühlsebenen zu berühren vermag. Seine außerordentlich erotisierende Wirkung war schon in frühen Zeiten den Arabern und Indern bekannt. Sie nennen den Jasmin „König der Blüten“ und „Mondlicht im Hain“.

Jasminöl unterstützt ganzheitlich, im geistig-seelischen und körperlichen Bereich durch seine krampflösende, tonisierende, harmonisierende Wirkung. Der Duft des Jasmins löst Verspannungen, baut Ängste ab, stimmt euphorisch und beflügelt die Phantasie. In der ayurvedischen Medizin Indiens wird Jasmin als Antidepressivum eingesetzt.

Hauptanwendungsgebiet auf der körperlichen Ebene sind sogenannte Frauenleiden, wie Menstruationsbeschwerden und Wechselsymptome, da die Inhaltsstoffe des Jasminöls modulierend auf das Hormonsystem wirken.

### Wissenschaft

Non-food odorants reduce chocolate cravings

In einer kleinen australischen Verhaltensstudie wurden 67 Studenten appetitanregende Farbfotos vorgelegt. Sie erhielten dazu 3 Gerüche. Grüner Apfel, Jasmin und Wasser zur Kontrolle. Der Jasminduft reduzierte signifikant Gelüste auf Schokolade.

## Verführerische Mischung

- 3 Tr. Bergamotte
- 1 Tr. Jasmin
- 3 Tr. Rose
- 1 Tr. Sandelholz

## Stabile Haut im Sommer

Sanddornfruchtfleischöl schützt wegen seines hohen Gehalts an Antioxidantien die Haut von innen vor Strahlung. Besonders bei Neigung zu Sonnenallergie 1-2 Wochen vor dem Urlaub in der Sonne 1 TL tgl. einnehmen.



Bild: ©SANDICCA

## Lektüre für den Urlaub

Eine der 80 verschiedenen Komponenten des berühmtesten Parfum der Welt, Chanel Nr. 5, ist der Duft des Jasmins.

Sowohl geschichtlich als auch gesellschaftlich sehr eindrucksvoll recherchiert, beschreibt Michelle Marly in ihrem Roman **Mademoiselle Coco und der Duft der Liebe** den Werdegang von Coco Chanel und ihrer Suche nach einem ganz besonderem Parfum.



Aromabrief  
Mag. pharm. Ute Pröll-Strobl