

“Düfte sind
Liebeserklärungen
der Natur”

Boten des Frühlings

War es vergangenes Jahr der Frost, war es dieser Tage der Regen, der die gerade erwachte opulente Magnolienblüte in ihrer vollen Schönheit beendet hat. Beeindruckend sind vor allem diese großen Blüten. Die Blütenblätter sind nicht miteinander verwachsen und ihre Anzahl ist nicht immer gleich. Das ist der Beleg dafür, dass die Magnolien stammesgeschichtlich zu den ältesten Blütenpflanzen der Erde zählen. Ihre Entstehung reicht über 100 Millionen Jahre, bis ins Zeitalter der Dinosaurier zurück. Magnolien waren vor den Eiszeiten auch in Europa heimisch. Pflanzensammler brachten sie vor einigen Hundert Jahren von Asien wieder nach Europa.

Ich habe vor 5 Jahren bereits über diese besondere Blüte geschrieben und ich denke, dass man Schönes, Wohltuendes wiederholen darf, gerade in Zeiten, wie diesen. Vor allem verändert sich unser Duftempfinden und mir ist gerade wieder der volle Duft der Magnolie untergekommen und dieser gefällt mit heute besser als damals.

Das ätherische Öl der Magnolienblüte ist so sinnlich, dass es Herz und Seele tief berührt. Im antiken China galten derartig exklusive Wohlgerüche als Nahrung für die Seele und ebneten den Eintritt ins Paradies. Die Signatur der Blüte lässt auf den Charakter des einhüllenden Duftes des Magnolienöls schließen, blumig, frisch, von einer milden Honignote untermalt.

Durch die Wirkung auf die Produktion und Ausschüttung verschiedener Botenstoffe in unserem Gehirn wirkt der Duft des ätherischen Öls der Magnolie aphrodisisch, phantasiebeflügelnd und regt zum kreativen Arbeiten an. Körperliche und seelische Verspannungen lösen sich, führen uns in unsere Mitte, lassen uns besser schlafen.

Das Magnolienblütenöl verleiht Hautpflegemischungen einen Hauch von Luxus. Besonders gestresste Haut profitiert davon und findet wieder ihr Gleichgewicht.

Wirkung von Düften

Düfte wirken sowohl auf unseren Körper, als auch auf unserer Seele. Körper und Seele befinden sich im steten Austausch und wenn sich beide im Gleichgewicht befinden, fühlen wir uns wohl, sind gesund. „Mens sana in corpore sano“, ein gesunder Geist in einem gesunden Körper. Diese Wahrheit schrieb bereits im 1. Jahrhundert der römische Dichter Juvenal nieder. Dieses verkürzte Zitat lautet vollständig: „Beten sollte man darum, dass ein gesunder Geist in einem gesunden Körper sei.“ Dies drückt für mich zusätzlich aus, dass Gesundheit nicht selbstverständlich ist und wir mit Demut darum bitten sollten.

Warum wirken Düfte, ätherische Öle auf Körper und Geist gleichermaßen? Diese Essenzen der Pflanzen sind keine Monosubstanzen, sondern höchst konzentrierte Gemische einer Vielzahl von biochemisch wirksamen Inhaltsstoffen. Das ist der Grund der großen Bandbreite ihrer Wirkung und Einsatzmöglichkeiten. Die Duftmoleküle gelangen über unsere Nase unmittelbar in unser Gehirn und beeinflussen die Produktion und Ausschüttung von Botenstoffen, die dann auf den Körper und die Seele wirken.

„Düfte sind die
Gefühle der Blumen“

(Heinrich Heine)

Rosenworkshop 20. Mai 2022

Die Natur erwacht Schritt für Schritt und beschenkt unsere Sinne mit Blüten und Düften. Rosen sind die Königinnen unter den Blumen. Ihnen widme ich einen Aromaworkshop am 20. Mai 2022 von 17.00 – 20.00 Uhr.

Es werden rosige Aromaprodukte hergestellt, Rosenblätter destilliert und mit Rosen verfeinern wir ein aromatisches Abendessen. Weitere Details bitte meiner Homepage entnehmen.

Neue Düfte und Duftmischungen erleben

Düfte vermögen durch ihre ausgleichende Wirkung auf Körper und Geist unser Wohlbefinden zu steigern, unsere Gesundheit zu erhalten oder zu verbessern und die Heilung von Körper und Seele zu begleiten und zu unterstützen.

Neue Düfte warten auf euch in meiner Praxis und ich lade euch herzlich ein euch ganz unverbindlich durchzuschmecken.

Emotionen

Detaillierter erklärt, landen die Duftimpulse im limbischen System. Dieser Teil unseres Gehirns ist u.a. auch der Sitz unserer Gefühle und Erinnerungen, welche dort verarbeitet und gespeichert werden. Daher sind Düfte nie neutral, immer emotional und werden stets subjektiv bewertet, abhängig von der Situation und ganz persönlichen Erlebnissen. Düfte sind unsterblich und vergängliche Eindrücke, die man sich nicht erinnert, wie an eine Melodie oder ein Bild. Dafür leuchten vergangene Empfindungen umso klarer vor unserem Auge auf und manchmal spüren wir sie sogar körperlich, wenn ein damit verbundener Duft uns wieder begegnet.

Unsere Gefühle sind nicht nur im Kopf sondern auch im Herzen und im Darm beheimatet. Haben wir Angst rast unser Herz. Sind wir nervös oder gestresst macht sich das in unseren Verdauungsorganen bemerkbar. Sind wir verliebt, wird uns warm ums Herz und wir haben Schmetterlinge im Bauch. Nehmen wir einen angenehmen Geruch wahr, zaubert dieser ein Lächeln in unser Gesicht, wir fühlen uns gut und auch schmackhaftes Essen macht glücklich. Dabei docken nämlich die Aromastoffe der Nahrung an die Rezeptoren unseres Verdauungstrakts und Botenstoffe gelangen nun umgekehrt vom Körper ins Gehirn.

