

Wasser - die weibliche Seite des Duftkreises

von Martin Henglein

Freude und Genuss öffnen sich im Annehmen des Wässrigen. Verbunden mit der Mahnung, dass Besitzen und Festhalten-Wollen in die seelische Erstarrung führen kann. Der Psychologe Erich Fromm sprach in seinem Buch „Sein und Haben“ von den zwei Lebensweisen, dem altruistischen, auf das Sein gerichtete Leben und dem Besitzdenken, das einschränkt und egoistisch macht. Selbst wenn man diese Sichtweise einseitig findet, ist sicher, dass Konsum-Denken in eine gefährliche Umweltzerstörung führt. Authentisches Genießen hingegen ist kein Konsum, es erlaubt die Wahrnehmung des Wesentlichen.

Ein wichtiger Aspekt des Genießen-Könnens ist das Erleben der Aromen in der Nahrung.

Es sind Träger „essentieller“ Informationen und Energien.

Leider wird bisher kaum auf die Entwicklung der Geruchs- und Geschmackswahrnehmung geachtet. Noch immer gilt das Vorurteil von Kant, es seien „niedere Sinne“ die nichts zum geistigen Erkennen beitragen.

Im Duftkreis (siehe die Texte in den vorhergehenden Ausgaben oder im Internet) bieten die warmen „süßen und blüten-artigen Gerüche „wässrige“ Qualitäten. Wir verstehen darunter Düfte, die die Psyche entspannen und die gestauten Gefühle zum Fließen bringen.

Die osmologische Betrachtung geht davon aus, dass jeder Duft tiefe Reaktionen hervorruft, die auf den biologischen Aufgaben der Geruchsstoffe beruhen. Dennoch reagieren die Menschen unterschiedlich auf die gleichen Duftsignale. Jeder von uns hat bereits mit den bekannten Gerüchen eine persönliche Geschichte erlebt, geprägt durch angenehme oder unangenehme Erfahrungen.

Nehmen wir an, ein bestimmtes Aroma verknüpft sich mit einem seelischen Erlebnis der Kindheit: vielleicht gab es eine wohlschmeckende, nach Vanille duftende Nachspeise, als wir gerade „ein Herz und eine Seele“ mit der Frau Mama waren. Später neigt man unbewusst dazu, sich „zu belohnen“ oder zu trösten durch die Aromen, die mit der Erinnerung verbunden sind.

Insbesondere in spannungsreichen oder depressiven Lebensphasen kann das ein Surrogat mit Sucht-Charakter werden. Kein Wunder dass es schwierig ist, Abmagerungskuren durchzuhalten - die unbewusste Psyche registriert das als Liebes- Entzug und wird bei nächster Gelegenheit sich mit Schoko, Zimt oder Vanille trösten!

Alan Hirsch, ein amerikanischer Arzt und Begründer der „Olfaktotherapie“ arbeitet seit mehr als 25 Jahren mit Riechstoffen. Er erzielte u. a. bei Ernährungsstörungen wie Bulimie, Anorexie oder Fettsucht nachweisliche Erfolge. Dabei wurden die Patienten mit den Gerüchen der suchtartig konsumierten Produkte (Hamburger, Milkshakes etc.) behandelt. Es gelang ihnen (ähnlich wie Till Eulenspiegel) mit dem Duft allein ihr Bedürfnis zu befriedigen und so bedeutend weniger Kalorien aufzunehmen! So erweist sich, dass die Natur Lösungen für die Probleme anbietet, vorausgesetzt, man beachtet ihre Gesetze und arbeitet rhythmisch mit den biologischen Signalen.

Im Duftkreis befinden sich die Düfte wie bei einer „Duftorgel“ angeordnet. Jeder charakteristische Pflanzenduft verkörpert eines der Themen, die sich im Laufe des Lebens als Herausforderungen präsentieren.

Rose – Verbindung von Feuer und Wasser

In der Rose erreicht die Musik der Düfte eine „symphonische“ Qualität, die in einer aromatischen Apotheose bei der Rosa damascena endet. Die bulgarische Rose evoziert eine Mahler-Symphonie, die türkische Rose erinnert eher an eine Bruckner-Symphonie. Früher mischten die bulgarischen Hersteller gerne ein wenig Rosa alba hinzu. Dies gibt der Essenz eine besonders feine Abstimmung. Erst in den letzten Jahren wird die Rosa alba und ihr Hydrolat (Rosenwasser) wiederentdeckt. Interessanterweise sind es nicht die Hauptkomponenten, welche den Rosenduft einmalig machen. Erst als der bekannte Geruchsforscher Günther Ohloff die Rolle der Spurenstoffe Damaskon und beta-Damaszenon aufklären konnte, gelang es, die feineren Nuancen nachzuvollziehen.

In der Rose verbinden sich Feuer und Wasser, aktive und passive Anteile.

Deshalb nimmt die Rose zusammen mit der Kamille, ihrer im Duftkreis mit den vier archetypischen Notfalldüften introvertierten Partnerin, den Platz in der Mitte des Duftkreises ein. Einer anderen archetypischen Duft-Pflanze kommt jedoch die Hauptrolle bei der Integration des Wasser-Elementes zu.



Geranium, Kranich, Sphinx und Ödipus

Geranium/Pelargonium erlaubt, seelische Schock-Situationen besser zu verarbeiten. Im Duftkreis steht es an der Grenze zwischen bewussten und unbewussten Vorgängen. Geranium hat seinen Namen vom Kranich und Storch (Geranos und Pelargos), der schon im minoischen Kreta eine Rolle als „Seelenvogel“ spielte. Der Tanz der jungen Frauen und Schamaninnen im „Labyrinth“ war eine ekstatische Ausrichtung nach dem herbstlichen Vogelflug. Bei vielen Völkern wurde aus dem Vogelflug geweissagt. Der Bischofstab, auch im Wappen von Basel, war ursprünglich das Instrument der etruskischen Seher zum Deuten der Flugbewegungen. Geranium und Erodium Pflanzen haben wohl damals schon auf ihre Schnabel-Signatur hingewiesen.

In der späteren klassischen Antike Griechenlands verwandelt sich der Seelenvogel in die Sphinx. Oedipus der „Held“, der ihre Fragen beantworten muss, verkörpert das aktive-suchende, männliche Bewusstsein.

Das berühmte Keramik-Bild zeigt die archetypische Anordnung mit Oedipus links, dazwischen die Achse in Form einer Säule, welche die Weltenachse oder den schamanistischen Weltenbaum darstellt. Rechts davon, kurios als Weiterführung des Schwanzes der Sphinx, eine ornamentale pflanzliche Form. Deutlich erkennt man die spitze Frucht der Geranien, sowie 6 geometrisch angeordnete Blätter.

Hier verkörpert das Geranium die unbewusste Weisheit, die Oedipus entdecken muss, um das Rätsel: „was ist der Mensch“ lösen zu können.

Die osmologische Begleitarbeit vertraut der seelischen Selbstregulation. Im Riechtest zeigt sich, welche Düfte von der tiefen Psyche, dem unbewussten Seelenanteil akzeptiert werden. Nur die als angenehm empfundenen Düfte führen zum erfolgreichen Abschluss der ersten Etappe der Duft-Begleitung, der Stabilisierung.

Dennoch bleibt die Sinnsuche, das „erkenne Dich selbst“, das eigentliche Ziel der Arbeit. Oedipus stellt den bewussten, reflektierenden und sich selbst suchenden Anteil der Persönlichkeit dar. Aber ohne die Integration der Sphinx, d. h. der seelischen und emotionalen Anteile, muss Oedipus scheitern.

Sigmund Freud entdeckte die Bedeutung des Mythos für die Psychoanalyse und die seelische Begleitarbeit. Der „Oedipus-Komplex“ ist allgemein bekannt, wird jedoch von den meisten Psychologen unterschiedlich interpretiert. Auch die integrale Osmologie sieht die Problematik des Odysseus nicht auf den Inzest bezogen. Die begehrte Mutter ist nicht die biologische Mutter, sondern die allmächtige Natur-(Göttin). Odysseus muss sich emanzipieren, ohne sie zu verdrängen.



Oedipus und die Sphinx, griech. Vasenmalerei (440 v.Chr.)

Der Kranich war nicht nur in Europa ein Sinnbild geistiger Entwicklung. In China bedeutet er Weisheit und Langlebigkeit. Oft wurden die „Unsterblichen“ auf dem Rücken von Kranichen fliegend dargestellt, und viele Tuschzeichnungen zeigen den Flug der Kraniche. Westliche und östliche Symbolik ergänzen sich. Wir finden im Geranos, dem Reiher, Kranich oder Storch (der die Kinder, d.h. das Leben bringt...) eine luftig-geistige Qualität. Anpassungsfähigkeit und Beweglichkeit deuten auf Hermes bzw. den Planeten und das Metall Merkur(ius) - Queckilber. In der chinesischen Energetik dominiert Merkur das Wasser-Element, im Westen steht er für Transformation. Im Kung-Fu, Tai-Chi und Chi-Gong gilt der Kranich als Vorbild.

Pflanzen, die wie Bambus, die viel Silizium enthalten, unterstützen die körperliche und geistige Flexibilität, speziell der Wirbelsäule mit den Bandscheiben. Auffällig bei den duftenden Pelargonien ist, dass sie „Kontakt-Düfte“ sind. Man muss sie berühren, damit die ätherischen Öle aus den kleinen Poren der Blätter entweichen. Die Berührung steht daher im Mittelpunkt. Ist man emotional berührt, dann „fließen“ die Gefühle, die Hormone und Endorphine. Eine amerikanische Pharmakologin und Neurowissenschaftlerin, Candace Part, wies nach, dass bei wohlthuender Berührung (sanfte Massage etc.) nicht nur im Gehirn, sondern auch im Körper Endorphine (körpereigene Opiate) freigesetzt werden.



Kraniche und Bambus (chin. Malerei)

Die osmologische Arbeit verbindet biochemische Fakten mit tiefenpsychologischer Interpretation. Aber auch das Erfahrungswissen der Parfumeure spielt eine Rolle. Viele Parfums modulieren Stimmungen und unterstützen seelische Verhaltensweisen.

Meistens jedoch sind die Parfum-Mischungen zu komplex um eindeutige Wirkungen zu erzeugen. Stattdessen wird mit visuellen Suggestionen eine psycho-logische, manchmal, bei den erfolgreichen Parfums sogar eine mythische Bildwelt aufgebaut. (Werbung!) Gewisse synthetische Bestandteile können auch das Gegenteil hervorrufen und so die Träger/ in destabilisieren. Die Allergien auf Parfums nehmen weltweit zu. Es sind aber fast nie die im natürlichen Kontext der Pflanze erzeugten Düfte, die Allergien auslösen. Wenn allerdings eine Substanz wie Cineol oder Geraniol aus der Pflanze isoliert und in hohen Dosierungen verwendet wird, dann kann es entsprechende Reaktionen geben..

Das ätherische Geranium-Öl wirkt deutlich auf die Nieren und verhindert Wasser-Stau. Ödeme, die durch hormonelle Faktoren wie prämenstruelles Syndrom oder Klimakterium entstehen, werden ebenso günstig beeinflusst, wie lymphatischer Stau. Selbst nach Brustoperationen kann professionelle Massage mit Geranium-Essenz helfen, die unangenehmen Ödeme zu reduzieren.

Geranium – im Verarbeiten von Trauma und Leid

Osmologisch geht es in erster Linie um die emotionalen Blockaden nach traumatischen Erlebnissen. Die Nieren sind bekanntlich Organe der „Partnerschaft“. In diesem Sinne ist das Geranium-Öl wertvoll. Es reguliert, gleicht aus und hilft insgesamt bei der Verarbeitung von belastenden Lebensabschnitten. Dazu gehört auch die Erfahrung, dass man nicht alles kontrollieren kann, das Einem allmählich Dinge und Personen entgleiten.

Demenz und Alzheimer reduzieren das kognitive Verarbeiten, steigern jedoch oft emotionales Erleben und emotionales Verarbeiten. Es wäre einseitig, hier nur einen Abbau sehen zu wollen. Düfte wie Melisse, Mandarine und Geranium unterstützen die Empathie und die seelische Verarbeitung: Sowohl Kranke als auch Betreuer können die warme Duft – Atmosphäre genießen - man spürt wie eine vertrauensvolle Öffnung entsteht.

Geranium ist im allgemeinen mehr ein Geruch der zweiten Lebenshälfte und spricht Menschen an, die von ihre Anlage her oder durch Erfahrung zu empathischer Einfühlung tendieren. Sie suchen die emotionale Regulation anstatt sich narzisstisch auszuagieren.

Erstaunlich ist auch die Fähigkeit der Essenz auf der Haut die Abheilung



Fotos: M. Henglein

von Verletzungen zu beschleunigen. Die erste Phase der Heilung spricht besser auf Lavendel an, aber sobald die Wunde geschlossen ist, bzw die Entzündung abklingt ist Geranium sehr effektiv. Sogar Keloide sprechen oft gut auf fortgesetzte Einreibungen an. So zeigt sich die harmonisierende Wirkung dieses archetypischen Duftes in seiner Signatur und der praktischen Anwendung. Der Duftkreis vermittelt in der Anordnung der pflanzlichen Düfte die Dynamik zwischen Aktivierung und Entspannung. In der Mittelachse treffen sie zusammen und eröffnen die transzendierende Perspektive. Den Willen und die Durchsetzung steigernden Düften wie Rosmarin stehen die harmonisierenden, die seelische Einfühlung fördernden Gerüche gegenüber. Nach dem traditionellen Schema der vier Elemente werden die aktivierenden Düfte mit „feurigen“ Eigenschaften verbunden, die lösenden, entspannenden Düfte hingegen mit dem Element Wasser. Die vier Eck-Düfte sind mit aussergewöhnlichen Eigenschaften ausgestattet. Sie aktivieren „archetypische“ Kräfte.

ARCHETYPISCHER DUFTKREIS



Martin Henglein

Heilpraktiker, Aromatherapeut und Osmologe
Ausbildung für Aromatherapie bei Prof. A. Taylor in London, Ausbildung in chinesischer Medizin.
Seit Jahren internationale Vortrags- und Seminar-tätigkeit - Präsident der VEROMA - Vereinigung für Osmologie und Aromatologie - 1995 Grün-dung der Schule ISAO (Internationale Schule für Aromatherapie und Osmologie)
Buchautor von „Die heilende Kraft der Wohlgerüche & Essenzen“