

Das Phänomen der Duftkommunikation

oder: „Sag mal, was machst du denn da eigentlich?“

Von Christine Lamontain

So wurde ich vor einigen Tagen gefragt. Und weiter: ‚Was ist das, diese Duftkommunikation, da kann ich mir nicht so wirklich etwas darunter vorstellen, es klingt so steif und förmlich. Wenn du so nebenbei etwas zu den Düften und das was sie „machen“, erzählst, dann ist es spannend und lebendig.‘ Oh, das hatte ich nicht erwartet, wo ich doch das Wort sooo schön finde und so treffend. Nun gut! Die Gedanken kamen in Bewegung...

Auf der **unsichtbaren seelisch-geistigen Ebene** berühren sie Gefühle und Erinnerungen, lassen längst Vergessenes wieder ins Bewusstsein und ins (tatsächliche) Erleben treten. Düfte öffnen ein Zeitfenster und holen so manches aus der Vergangenheit spürbar in die momentane Gegenwart. Plötzlich ist Schönes wieder da, die geliebte Oma ist präsent, die unvergesslichen Momente mit der ersten oder späteren Liebe erscheinen bildhaft - im Huckepack das verlorengegaubte Gefühl, ganz nah, real erlebbar oder das Meer im Sommer-Sonnen-Urlaub, der Apfelkuchen... Unser Geruchsgedächtnis hat nichts, rein gar nichts vergessen. Leider auch manche unangenehmen Situationen nicht! In solchen Momenten springt unser „innerbetriebliches“ Sicherungssystem an und der Duft wird zum „Gestank“. Er wird sofort abgelehnt und das ist gut so! Unsere Innenwelt ist eine so bunte und vielgestaltige Landschaft, von der wir oft gar keine Ahnung haben. Die Düfte öffnen ein Tor zu ihr. Manche seelische Sprachlosigkeit bekommt plötzlich Worte und tritt ins Bewußtsein. Die nonverbale Kommunikation des Duftes mit Unbewus-

DUFTKOMMUNIKATION,

im Wortsinn: die Fähigkeit über Düfte in Kontakt und in Beziehung zu treten, zu den Düften und zu sich selbst. Mit ihnen zu kommunizieren oder mit anderen über sie (als Drittes im Bunde - das „Hilfsmittel“) in Kommunikation treten.

Auf der **sichtbaren körperlichen Ebene**, erzeugen sie einerseits ein Lächeln, einen wohligen und freudigen Gesichtsausdruck, vertiefen die Atmung, und können den Körper in einen entspannten Zustand führen. Wird der Duft zum persönlichen „Unduft“, dann wendet sich Nase mit Mensch ab, das Gesicht verzieht sich und der Atem stockt, wird flach (bloß nicht soviel von diesem „Gestank“ herein lassen), der Körper fährt sein Fluchtprogramm hoch und ist auf dem Sprung.

stem, öffnet den Mund und drückt sich erkennend aus - oft zum großen Erstaunen seines „Eigentümers“. Es werden Bedürfnisse bewusst.

Was brauche ich jetzt in dieser Situation für mein Wohlbefinden? Der Klient erlebt spürbar, was für ihn stimmig ist und was nicht. Kennt man als „Duftdarreichender“ Begleiter die Informationen hinter den Düften, lassen sich zur Unterstützung der (Selbst) Erkenntnis des Klienten hilfreiche Fragen stellen, Analogien zur Pflanze einbringen - der Begleiter dolmetscht zwischen dem Duft und dem Wahrgenommenen. Das Schöne daran ist, ich brauche als Begleiter dem Klienten nichts aufs Auge zudrücken, sondern kann miterleben, wie seine eigene Kompetenz sichtbar wird.



Christine Lamontain
Jena
Dipl.-Ing. (FH), DGAM-
Dozentin, Referentin für an-
gewandte Duftkommunika-
tion und Aromakultur

Kontakt: duftarte@web.de
<http://dasolfaktorische.blogspot.de>

Fotos:

Christine Lamontain,

Pelargonium graveolens Foto: Allgau,

Colour: aboutpixel.de Colour © Lasse Kristensen



Duftkommunikation als duftes Gespräch und Begegnung auf Augenhöhe.

Mit der Kenntnis der Duftinformationen, aber auch des stofflichen Wirkungsspektrums eines Ätherischen Öle und der Wahrnehmungsreaktion des Klienten, erhalte ich wertvolle Hinweise über das, was es braucht, um in diesem Moment, diesem Menschen unterstützend zur Seite zu stehen. Ganz „nebenbei“ kann sich ein Verständnis für ein gezeigtes Verhalten entwickeln und manche Situation erscheint in einem anderem Licht.

Ätherische Öle oder Riechstoffe

Das ich hier über die Duftmoleküle der Ätherischen Öle spreche, ist für mich natürlich und selbstverständlich! Aber: „Das Beduften im Kaufhaus funktioniert doch auch und macht etwas, dass sind aber doch meist keine Ätherischen Öle?“

Ja, es geht auch mit Riechstoffen aus dem Labor, auch sie machen etwas mit uns. Für unser Gehirn ist es so, als ob es ein Spiel im unteren Levelbereich, wenig Informationen und kurze „Befriedigung“ über das Erreichte, angeboten bekommt. Die Ätherischen Öle spielen eher im höheren Level. Die vielen komplexen Informationen aus bis zu 500 Bestandteilen eines Ätherischen Öles bringen das Gehirn mit be-GEISTERung auf Trab. Gehirntraining für die grauen Zellen par excellence.

Ein Beispiel

Ich hatte die Gelegenheit, vor einer Gruppe junger Leute, etwas übers Riechen, Gerüche und Ätherische Öle zu erzählen. Um den Duft erfahrbar zu machen, gab es zur Einführung einen Duftstreifen, ein Blatt weißes Papier und bunte Malkreiden. Zwei Gruppen, jede bekam ein für sie unbekanntes Ätherisches Öl auf den Duftstreifen und los ging es. Es waren das Ätherische Öle der Geranie und ein Absolve aus der Tonkabohne. Ein junger Mann war mir aufgefallen, er wirkte schüchtern und sehr zurückhaltend, er gab mir zu verstehen, dass er nichts rieche bzw. keinen Duft wahrnimmt. Er hatte den Tonka-Duft (Die leichte und heitere Seite des Lebens wird in Erinnerung gebracht - genieße und entspanne dich). Der Duftstreifen zeigte, dass ein Tröpfchen darauf war. Mein erster Gedanke – Anosmie, Fehlen des Geruchssinns. Zweiter Gedanke, biete ihm das andere Ätherische Öle, die Geranie an. Es klappte, sein Gesicht hellte sich auf und er wählte ganz bewußt die grüne Kreide und malte mit Hingabe eine kleine aber schöne Tanne auf das große Blatt.

Im Anschluß war noch Zeit, um mit der Lehrerin einen Kaffee zu trinken. Im Gespräch meinte Sie, dass sie sich freue, dass dieser junge Mann so aus sich herausgegangen sei und sich auf das Malen einließ. Er ziehe sich meist zurück, sei oft verkrampft, kontrolliert und mißtrauisch. Ich erfuhr, dass sein näheres soziales Umfeld ihm nicht den sichern und schützenden Raum bot, den er möglicherweise benötigte. Sich nicht dazugehörig und erwünscht zu fühlen wurde so von der Leiterin beobachtet und wahrgenommen. Ich staunte nicht schlecht! Das Tonkaöl kam aus „Sicherheitsgründen“ erst gar nicht bei ihm an, aber dafür die Geranie - die Sehnsucht nach Kontakt, dem Du... Die Lehrerin war über diesen Hinweis sehr froh und meinte, dann lohnt es sich ja doch, nicht aufzugeben.. So liebe ich „dufte“ Kommunikation.