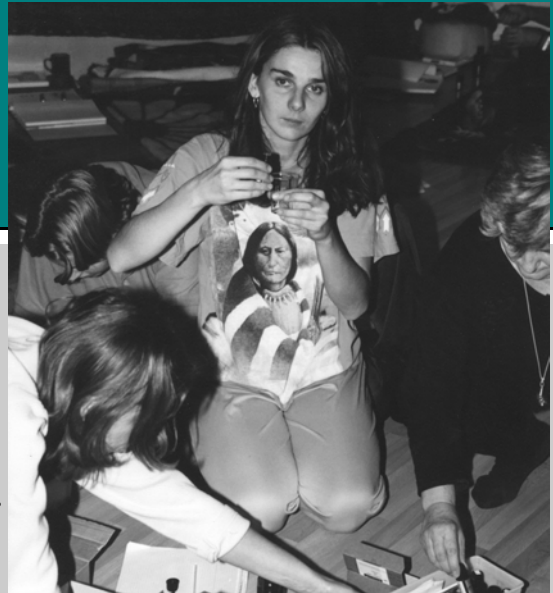


# Aromatherapie

## Eine Türe zu den archetypischen Strukturen der Seele

**Der Einsatz von ätherischen Ölen in der Berater- und Heilpraxis ist eine Unterstützung bei der emotionalen Transformation des Klienten. Über ätherische Öle eröffnet sich ein Zugang zu jenen tiefliegenden Seelenkonzepten, die seit ältester Zeit im Menschen wirksam sind. Man kann sagen, dass man über die Aromatherapie eine Türe in archetypische Muster des Individuums aufmacht. Ein ätherisches Öl wirkt über den Geruchssinn auf den Organismus ein. Hier wird der Astralkörper eines Menschen als Zugang gewählt, da sich dieser Leib durch das Nerven-Sinnes-System äußert.**



## Körper und ätherisches Öl

Der Geruchssinn ist das älteste Sensororgan des Menschen. Während er beim Neugeborenen und beim Kind noch sehr ausgeprägt ist, tritt er im Erwachsenenalter zunehmend in den Hintergrund. Die olfaktorische Wahrnehmung - kurz Riechen genannt - wird unbewusst. Dennoch oder gerade deshalb ist der Duft für einen Menschen so bedeutend und auch geheimnisvoll. In zwischenmenschlichen Beziehungen, in der Natur, zu Hause, am Arbeitsplatz, überall spielen Düfte eine bedeutsame, aber unbekanntere Rolle.

Durch das Einatmen gelangen Duft-Moleküle zu unserem Riechorgan in der Kuppel der Nasenhöhle. Dieses ist eine Ausstülpung unseres Gehirns. Die Riechschleimhaut ist nur von geringer Größe, enthält aber eine Vielzahl an Nervenzellen. Diese Nervenzellen wiederum haben mehrere Fühler, die auf die Duftmoleküle reagieren. So können geringe Mengen einer Substanz bereits am Geruch erkannt werden, ohne dass diese vom Auge erfasst wird. Die Duftinformation gelangt von der Riechschleimhaut dann auf direktem Weg zum Stammhirn. Dieses ist entwicklungs geschichtlich der älteste Hirnteil. In ihm liegt auch das limbische System. Das limbische System ist die Steuerungszentrale für unsere Gefühle, für Kreativität, Erinnerungsvermögen, Sexualität etc. Auch werden hier alle vegetativen Funktionen wie Kreislauf, Atmung, Verdauung, Temperaturregulation gesteuert. Eine zusätzliche Verbindung zur Hirnanhangdrüse nimmt Einfluss auf die Hormonausschüttung.

Duftstoffe wirken daher unmittelbar auf uns ein. Sie regen in uns die ursprünglichsten, unmittelbarsten, ältesten, unbewussten Teile unseres Menschseins (Körper, Gefühle, Geist) an, noch bevor wir unser logisches Denken aktiviert haben.

Mittels EEG-Untersuchungen wurden die Auswirkungen der Düfte auf das Gehirn nachgewiesen. Beruhigende oder meditative Öle verlangsamen die Hirnwellentätigkeit, fruchtigere Öle, wie z.B. Zitrusöle, bewirken eine Steigerung. Da der Geruchssinn jedoch nach ca. 15 Minuten ermüdet ist, merkt man den Duft nicht mehr. Dennoch ist er weiterhin wirksam.

Durch die Inhalation von ätherischen Ölen gelangen diese in die Lunge. Dort werden sie in den Blutkreislauf aufgenommen und kommen so zu den entsprechenden Organen. Da die Haut fettbindend ist, und ätherische Öle aufgrund ihres geringen Molekulargewichts die Hautschranke leicht durchdringen können, gelangen Öle ins Bindegewebe, in die Lymphe, Muskulatur und in den Blutkreislauf bis hin zu den Organsystemen. Zehn Minuten nach dem Auftragen sind die ätherischen Öle bereits in den Blutkreislauf eingedrungen und wirken in den entsprechenden Organsystemen.

## Aromatherapie als Heilkunst

Die Aromatherapie ist eine Heilkunst, welche über die Nase und die Haut wirkt. In ihren Heilmitteln kann man "baden", man kann sich damit einreiben oder auch einfach daran riechen.

Da ein Aroma die Essenz einer Pflanze darstellt, ist in ihm die ganze Kraft konzentriert. Daher sollte man sich vor der Anwendung ausgiebig mit dem Wesen des Attars befassen haben. Beachtet man einige Tipps bei der Anwendung, wird sich die Schwingungssensenz des ätherischen Öls auch in ihrer Ganzheit entfalten können und dadurch die nötige Unterstützung bei der Herstellung einer körperlichen wie energetischen Ausgewogenheit bieten können.

## Möglichkeiten der Anwendung

Die Anwendung der ätherischen Öle orientiert sich an der Art und Weise der Unausgewogenheit. Grundsätzlich besteht die Möglichkeit der Behandlung über den Geruchssinn, den Hautkontakt, die Inhalation und die Einnahme. Letztere sollte jedoch selten angewandt werden; wenn überhaupt, dann nur bei Ölen, die den Prinzipien Wasser oder Erde entsprechen. Die innerliche Einnahme ist heutzutage nur mehr in Ausnahmefällen gebräuchlich und sollte gegebenenfalls von einem erfahrenen Therapeuten oder Berater begleitet werden. Feurige Öle sollten außerdem nur verdünnt benutzt werden, da sonst bei einem Hautkontakt Reizungen auftreten können.

## Der Geist der Organe

Die Lebensenergie bewegt sich im Körper in eigenen Leitbahnen, auch Meridiane genannt. Allerdings sind diese Leitbahnen nicht wie Adern oder Nervenbahnen. Sie sind subtiler Natur, somit für den alltäglichen Blick unsichtbar. Praktiziert jemand über längere Zeit die "Übungen zur Pflege und Erhaltung des Lebens", dann spürt er die Energie entlang der Leitbahnen.



Diese Leitbahnen überziehen den Körper wie ein Netz und verbinden alle Grundsubstanzen und Organe miteinander. Die Leitbahnen verbinden das Innere mit dem Äußeren, wobei weniger die Lokalisation als die Bedeutung gemeint ist.

Das System der Energieleitbahnen besteht aus zwölf Hauptleitbahnen, die den fünf soliden (Yin) und den sechs Hohlorganen (Yang) sowie dem Pericard-Meridian (dem Organ Herz entsprechend) zugeordnet sind. Jedes Organ wird von einem Wesen „bewohnt“. Dies entspricht dem Geist der Organe. Je nachdem wie die Organe mit Energie versorgt werden, so ist auch ihre geistige Ausprägung wirksam. Gemäß den Wandlungsphasen kann man auch Konstitutionstypen bestimmen. Die Bestimmung dieser Typen

bietet gute Hinweise auf Wesen und Prognose bestimmter Krankheitstendenzen. Durch die Kenntnis der Konstitutionstypen kann man Hinweise auf die Lebensbestimmenden Muster im körperlichen und geistigen Bereich bekommen.

Unter Konstitution wird die grundlegende körperliche und seelische Struktur des Individuums verstanden. Diese Konstitution wird aus den drei Schätzen (shen, qi und jing) gebildet. Sind diese Faktoren ausgewogen, und können sich gut stützen und nähren, dann spricht man von einem körperlich und geistig gesunden Leben.