

Erkenntnisgewinn in der Heilkunde am Beispiel der Gesundheitsförderung mit ätherischen Ölen



Thesis

zur Erlangung des Grades

Master of Science (MSc)

am

Interuniversitären Kolleg für Gesundheit und Entwicklung
Graz / Schloss Seggau (college@inter-uni.net, www.inter-uni.net)

vorgelegt von

Hans-Jürgen Trott-Tschepe

Graz, im Dezember 2010

Hans-Jürgen Trott-Tschepe

info@lebendige-aromakunde.de

Hilssteig 40, 14163 Berlin

Hiermit bestätige ich, die vorliegende Arbeit selbstständig unter Nutzung keiner anderen als der angegebenen Hilfsmittel verfasst zu haben.

Graz, im

Thesis angenommen

INHALTSVERZEICHNIS	SEITE
0. Zusammenfassung:	
Einleitung, Wissensstand, Forschungsweg, Methodik, Ergebnisse, Diskussion.....	4
1. EINLEITUNG	8
2. EINFÜHRUNG IN DIE AROMAKUNDE UND IHRE ARBEITSWEISE	
2.1. Was ist ein ätherisches Öl aus naturwissenschaftlicher Sicht?	8
Wirkungsweise.	
2.2 Wie ist das Verständnis von ÄÖ aus aromakundlicher Sicht?	9
2.2.1 Wirkungsphasen von ÄÖ	
2.3 Der allgemeine Öl-Prüfungs-Vorgang	10
2.4 Der ‚Erkenntnis-Bogen‘	11
2.5 Was ist gemeint mit ‚ÄÖ als Symbol‘?	14
2.6 Symbolik in der Biochemie von ÄÖ	15
3. FALLSTUDIE MIT PROBANDEN / METHODIK	
3.1 Anwendungsweise	20
3.2 Die Probanden – Auswahl	
3.3 Das methodische Vorgehen zur Datenerhebung	21
3.4 Duftpflanzen- und ÄÖ-Beschreibung für diese Studie	
4. ERGEBNISSE	
4.1.1 Interview-Bericht von A. C. (Erkenntnis-Bogen)	22
4.1.2 Interview-Bericht von P.K. (Erkenntnis-Bogen)	23
4.2 SF-36- Bögen, Auswertung (vor/nach Ölprüfung)	25
4.3 Interpretation der Ergebnisse beider Interview-Berichte bzw.	27
Erkenntnisbögen; Grafik-Abbildungen	
4.4.1 Ergebnis-Zusammenfassung	29
4.4.2 Ölprüfung zusammengefasst (Vergleich mit Kap. 2.6)	
5. DISKUSSION	30
5.1 Rückschlüsse	
5.2 Haupt-Schlussfolgerung / Forschungsvorschlag	33
6. ANHANG	35
7. QUELLENANGABEN/ LITERATUR	37



www.inter-uni.net > Forschung

ZUSAMMENFASSUNG

Erkenntnisgewinn in der Heilkunde am Beispiel der Gesundheitsförderung mit ätherischen Ölen

Autor: Jürgen Trott-Tschepe

Betreuer: Albrecht Warning

I) EINLEITUNG

In eine aromakundliche Praxis kommen Klienten, die in ihrer persönlichen Lebenslage fachkundig mit ätherischen Ölen (nachfolgend: ÄÖ) begleitet werden möchten.

Bei etwa 250 Menschen pro Jahr, die seit 1990 den Erfahrungsprozess mit ÄÖ kennen lernen durften, konnte der Autor Phänomene und Wahrnehmungen von ÄÖ-Wirkungen zusammentragen, die in der einschlägigen aromatherapeutischen Literatur weder zu finden noch seines Wissens irgendwo erforscht und dokumentiert worden sind.

II) PERSPEKTIVEN DER AROMATHERAPIE UND AROMAKUNDE

II.1) Aromatherapie

In der Medizin werden die Ätherischen Öle in langer Tradition verwendet. Ätherische Öle bzw. einzelne isolierte Verbindungen werden auf Grund ihrer sekretolytischen, expektorierenden, spasmolytischen, antitussiven und antibakteriellen Eigenschaften zur Therapie verschiedener Krankheiten eingesetzt.

II.2) Annahmen in der Aromakunde

Aus der Wahrnehmung der Wirkungen von ätherischen Ölen und Reaktionen der sie anwendenden Menschen einerseits und im Erfahrungsaustausch mit aromatherapeutischen Kollegen andererseits haben sich die dieser Arbeit zugrunde liegenden Annahmen ergeben:

1. Die Wahrnehmungs- und Denkart in der Aromakunde erzeugt einen ihr eigenen Weg vom Anwender zu seinem ihn fördernden ätherischen Öl.
 - 1.1 Und im umgekehrten Sinne: Mittels eines ätherischen Öls kommen erkenntnisfördernde Erfahrungen zustande.
 - 1.2 Das ist dokumentierbar und für Anwender theoretisch und praktisch nachvollziehbar.

Daraus entwickelt sich für diese Arbeit die **These**:

Ätherische Öle sind sinnstiftende Symbole und dienen einer bewussten Gesundheitsförderung (Salutogenetisches Prinzip).

II.3) Aromakundlicher Forschungsweg:

Jede aromakundliche Anwendungsserie zeigt Wirkungen, die man zusammenfassen kann. Diese Zusammenfassung kann sowohl über den Anwender als auch die Ölcharakteristik etwas aussagen. Ist diese Anwendung ohne die Absicht einer Behandlung von akuten Symptomen und Beschwerden geschehen, soll sie also nicht gegen ein aktuell vorliegendes Krankheitsgeschehen, sondern zur Gesundheitsförderung oder ‚biografischen Erkenntnisarbeit‘ eingesetzt werden, so wird sie als ‚Ölprüfung‘ bezeichnet.

III) METHODIK

In der hier vorliegenden Studie wird zwei Probandinnen eine spezielle Anwendungsweise mit dem ÄÖ ‚Adlerholz‘ empfohlen, die den Kriterien einer Öl-Prüfung entspricht. Die Öl-Auswahl entspringt – vergleichbar dem Forschungsanliegen homöopathischer Mittelbild-Erforschung – bei freiwilliger Untersuchungsbereitschaft der Probandinnen, der Absicht, beschwerdefreien Menschen ein bislang wissenschaftlich wenig und aromakundlich kaum erforschtes ÄÖ zu verabreichen, um Erkenntnisse in der Wirkung und Thematik dieses Öls für einen Menschen zu erhalten.

Die aromakundlichen Ölprüfungsergebnisse werden in einem Erkenntnis-Bogen dokumentiert und grafisch dargestellt. Er dient vor allem den Prüflingen/Klienten für ihr gesundheitliches/ biografisches Selbstverständnis im Sinne einer selbstreflektierenden Persönlichkeits-Entwicklung.

Zugleich ist er auch Grundlage zur Forschung und Lehre in der Aromakunde. Hierfür werden Erkenntnisbögen der Ölprüfenden im Bezug auf dasselbe ÄÖ ausgewertet.

Es geht um eine aktive, bewusste, individuelle Kontaktaufnahme der Probandinnen mit dem ÄÖ. Das methodische Vorgehen baut auf eine bewusste Fokussierung der Probandinnen auf das ÄÖ und ihren eigenen Reaktionen.

Die Methodik zur Datenerhebung besteht darin, vor und nach der Ölprüfung den Fragebogen SF-36 ausfüllen zu lassen (allgemeiner Gesundheitszustand), die Probandinnen zu ihren Ölprüfungs-Erfahrungen kurz zu interviewen, ihre ausführlichen ÄÖ-Tagebuch-Berichte (eigenständig erzählend geschrieben) aufzunehmen und die Schilderungen in einen Erkenntnis-Bogen grafisch-ordnend zu übertragen.

IV) ERGEBNISSE

Die individuellen gesundheitlich und biografisch relevanten Reaktionen und deren Schilderungen während und nach der Adlerholz-Prüfung

wie z.B.: Herzrasen, Rückenschmerzen, Kontrollverlust, zu Tränen bewegende Emotionen, Todesangst, wahrhaftiges Quellen-Erfüllt-Sein, Liebes-Sehnsucht, Begegnung mit Vergänglichkeit, Schwellenbegleitung, Feuertod, Verbindung mit anderen Welten u.a. ...

...zeigen, dass dieses ÄÖ mit den Sinnen wahrnehmbare ‚äußerliche‘ Wirkungen gleichzeitig mit tiefensinnlich-geistigen Reaktionen in Form innerlich bedeutsamer Geschehen hervorrufen kann.

Gemeinsam sind deutliche Erkenntnisgewinne bzgl. Vertrauen und Souveränität ihrem Leben gegenüber bei beiden Probandinnen zu erkennen.

Nachfolgend das Beispiel einer Auswertungs-Grafik zu Wahrnehmungsverlauf und Erkenntnisgewinn einer der Probandinnen:

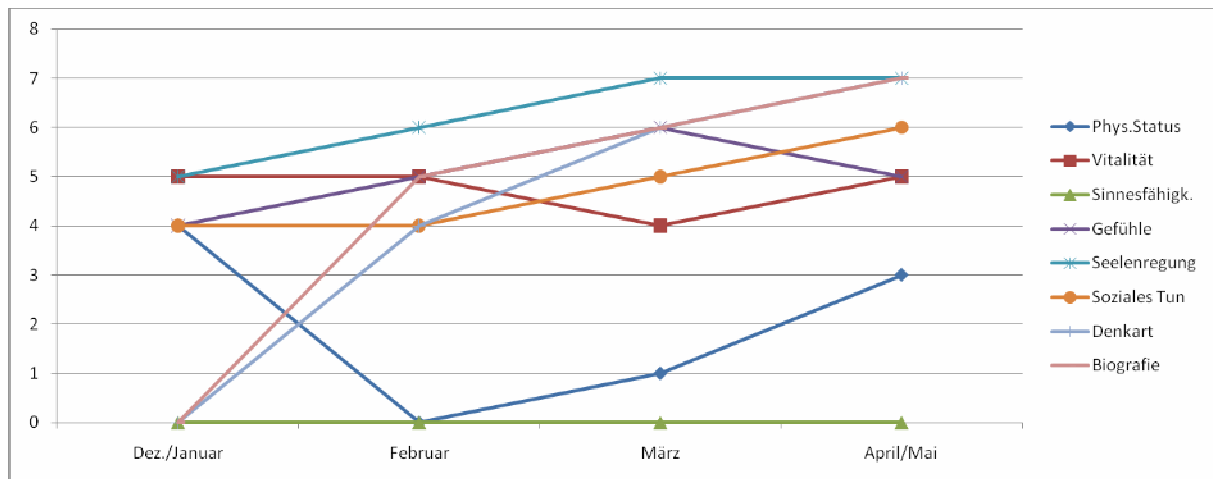


Abbildung 1: Wahrnehmungs-Verlauf und Erkenntnisgewinn zu den Themen bei Probandin P.K. // Skala 0-8: relativer Grad von Wahrnehmungs- / Erkenntnis-Zuwachs

V) DISKUSSION

Diskutiert wird eine wissenschaftliche Methodik zum Erfassen und Verständnis aromakundlicher Ergebnisse, z.B. wie minimale Sinnesimpulse durch ÄÖ einen Erkenntnisgewinn und sinnstiftende Lebens-Gestaltung enthalten bzw. auslösen können.

Vier Rückschlüsse aus den vorliegenden Studienergebnissen werden besprochen:

1. Die Probandin nimmt ein Außergeschehen auf, das sie im Innern als für sie persönlich bedeutsam erkennt.
2. Die Begleitung in der Aromakunde hat eigene salutogenetisch wirksame Prinzipien.
3. Dem Autor erscheint das geschilderte Erkenntnis-Geschehen als ‚symbolisch‘.
4. Es gibt in der Aroma-Kunde mehrfache Kenntnis- und Erkenntnisgewinne, die Naturwissenschaft und Geisteswissenschaft sich annähern lassen können.

Aromakunde, wie in dieser Arbeit beschrieben, ist eine Erkenntnis-Hilfe. Sie erhebt dabei nicht den Anspruch einer Therapie-Methode im konventionellen Sinne einer Problem- oder Krankheitsbekämpfung. Sie ist Teil eines künstlerischen Schaffens und dient einem schöpferischen Dasein, aus Sicht des Autors der höchsten Stufe von Gesundheit eines Menschen.

V.1 Forschungs-Vorschlag:

Aus dieser salutogenetisch orientierten Studie lassen sich auch therapeutische Gesichtspunkte ableiten. Der Autor schlägt aus eigenen Beobachtungen folgende natur- wie geisteswissenschaftlich zu prüfende Annahmen vor:

Ein ÄÖ kann einen Menschen genau an jenen ‚wunden‘ (pathogenetischen) Punkten, kritischen Fragen und Problemen heilsam erreichen, die er (noch) nicht (er-) lösen kann, weil er sie vielleicht als zu schwierig oder zu schmerzhaft empfindet. Dann hat er sie als bisher Unbearbeitetes zwischengelagert.

Diese in der Aromakunde „unerlöst“ benannten Aspekte (Indikationen) können durch die Anwendung ätherischer Öle hilfreich behandelt und im Rahmen der jeweiligen Persönlichkeit sinnvoll verwandelt werden.

Zu einer intensiven und kreativen Forschung in solche Richtung will diese Arbeit anregen!
Dem Autor vorliegende Ölprüfungen über ca. 150 ÄÖ können hierfür ein Grundlagenangebot bilden.
Der Wunsch des Autors besteht darin, naturwissenschaftlich orientierte (Aroma-)Therapeuten (und z.B. auch Psychotherapeuten, Homöopathen und ganzheitlich orientierte Ärzte) einzuladen zu geisteswissenschaftlicher Erkenntnissuche.

VI) Auszug Quellenliste:

Kiene, Helmut, Komplementäre Methodenlehre der Klinischen Forschung, Cognition-based-medicine, Springer, Berlin 2001

Meyer-Tasch, Peter Cornelius, Die Zeichen der Natur, Natur-Symbolik und Ganzheitserfahrung, Insel, Frankfurt, 1998

Price, Shirley und Len, Aromatherapie, Praxishandbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe

1.EINLEITUNG

In eine aromakundliche Praxis kommen Klienten, die in ihrer persönlichen Lebenslage fachkundig mit ätherischen Ölen (nachfolgend: ÄÖ) begleitet werden möchten.

Bei etwa 5000 Personen innerhalb von 20 Jahren, die den Erfahrungsprozess mit ÄÖ kennen lernen durften, konnte der Autor Phänomene und Wahrnehmungen von ÄÖ-Wirkungen zusammentragen, die in der einschlägigen aromatherapeutischen Literatur weder zu finden noch seines Wissens irgendwo erforscht und dokumentiert worden sind.

Das sind Phänomene wie z.B.

von außen wahrnehmbare, auch ggfs. messbare körperliche und emotionale Reaktionen: wie z.B. Fieberreaktionen, vermehrte Ausscheidungen, Veränderungen im Stoffwechsel, in Schlafzeiten, veränderte Körperhaltung, Tränen, Lächeln, etc.....,

im Zusammenhang mit:

innerlichen Vorgängen wie: Träume, Visionen, ein verändertes Empfinden zum eigenen Leib, eine veränderte Sichtweise auf eigenes Verhalten, vielschichtige Erinnerungen eigener biografischer Geschehnisse, Erkenntnisse über eigene Beziehungen, über Leben, Liebe, Tod etc.

Aus einer derartigen Wahrnehmung der Wirkungen von Ölen und Reaktionen der Menschen einerseits, und zusammen mit aromatherapeutischen Kollegen andererseits, haben sich die dieser Arbeit zugrunde liegenden Annahmen ergeben:

- Die Art von Wahrnehmen und Denken in der ‚Aromakunde‘ im Vergleich zur ‚Aromatherapie‘ erzeugt einen ihr eigenen Weg vom Menschen zu seinem ihn fördernden ätherischen Öl - und entsprechend umgekehrt. Nämlich:
- Mittels eines ätherischen Öls kommen erkenntnisfördernde Erfahrungen zustande.
- Das ist dokumentierbar und für Anwender theoretisch und praktisch nachvollziehbar.

Daraus entwickelt sich für diese Arbeit die

These:

Ätherische Öle sind sinnstiftende Symbole* und dienen einer bewussten Gesundheitsförderung.

*(Zu dem Begriff siehe Kapitel 2.5)

Zunächst stellt der Autor die Eigenart und Methodik aromakundlicher Begleitung vor. Eine von ihm durchgeführte Fallstudie und deren Auswertung dienen als Basis einer Diskussion, die die Aromakunde in ihrem spezifischen Stellenwert in der Heilkunde begründet.

2.EINFÜHRUNG IN DIE AROMAKUNDE UND IHRE ARBEITSWEISE

2.1 Was ist ein ätherisches Öl aus naturwissenschaftlicher Sicht?

Wie wird hier deren Wirkungsweise erklärt?

Kohlert (2001, Lit. Nr. 5) beschreibt ÄÖ folgendermaßen:

Zitate:

„Ätherische Öle sind Gemische lipophiler, bei Raumtemperatur meist flüssiger, flüchtiger, sehr intensiv riechender Verbindungen, die von Pflanzen produziert werden.“

„Ein natürliches Ätherisches Öl setzt sich aus einer Vielzahl lipophiler Einzelsubstanzen zusammen. Bisher sind ca. 3000 Verbindungen beschrieben, die hauptsächlich aus dem Terpen- und auch dem Phenylpropanstoffwechsel stammen. Aufgrund der chemischen Struktur der Verbindungen neigen Ätherische Öle zur Autooxidation und sollten daher vor Licht und Sauerstoff geschützt aufbewahrt werden. In der Medizin werden die Ätherischen Öle in langer Tradition verwendet. Ätherische Öle bzw. einzelne isolierte Verbindungen werden auf Grund ihrer sekretolytischen, expektorierenden, spasmolytischen, antitussiven und antibakteriellen Eigenschaften zur Therapie von Erkältungskrankheiten eingesetzt.“ (dito, Lit.Nr.5)

„Zum Wirkmechanismus Ätherischer Öle ist jedoch noch wenig bekannt. Es wird postuliert, dass die Einzelkomponenten auf Grund ihrer geringen Molekülgröße und Lipophilie mit Zellmembranen in Wechselwirkungen treten können. Die Reizwirkung könnte, ähnlich wie bei Lokalanästhetika, bei hohen Konzentrationen durch Membranschädigung entstehen, während mittlere Konzentrationen stabilisierend wirken. Bei geringeren Konzentrationen treten Effekte durch spezifische Wechselwirkungen mit Enzymen, Carriern, Ionenkanälen oder Rezeptoren, die in der Zellmembran lokalisiert sind, auf. Ätherisch-Öl-Komponenten können auf Grund ihrer strukturellen Eigenschaften die Blut-Hirn-Schranke überwinden. Diese Tatsache macht sich auch die Aromatherapie zunutze, bei der man nach Applikation Ätherischer Öle einen Einfluß auf die Gehirnaktivität feststellen kann.“ (Kohlert, 2001, Lit.Nr. 5)

Und weiter aus anderer Sicht zitiert:

„Die physiologischen und pharmakologischen Eigenschaften aromatischer Moleküle beeinflussen fast alle Organe und Funktionen des menschlichen Körpers. (...) Dabei wird eine Beziehung zwischen chemischer Struktur und pharmakologischer Funktion erkennbar.“ (Price, 2009, S. 59; Lit.Nr.11)

Solche Aussagen zu beweisen, wirft sogleich ein Problem auf (Wabner, 2008, S.39; Lit.Nr.17): „Ätherische Öle sind Vielstoff-Systeme. Es treten daher unvorhersehbare Synergiewirkungen auf mit verstärkendem und abschwächendem Charakter.“

Das deutet auf die Tatsache hin, dass man bei den hunderten von Inhaltsstoffen, die meist zu Wirkgruppen zusammengefasst werden, nicht vom Vorhandensein einzelner biochemischer Teile schon auf die Gesamtwirkung eines ÄÖ beim Menschen Rückschlüsse ziehen darf.

„Die therapeutische Wirkung eines gesamten natürlichen ätherischen Öls ist nicht vollständig aus den Einzelinhaltsstoffen zu erklären!“ (Wabner, Lit.Nr.17)

Daher lässt sich zum Wirkungsnachweis nur das ganze ÄÖ verwenden bzw. das Zusammenspiel aller Inhaltsstoffe unter Berücksichtigung ihrer Mengenverhältnisse, soweit sie bekannt sind.

2.2 Wie ist das Verständnis von ÄÖ aus aromakundlicher Sicht?

Aus Sicht der Aromakunde, die sich als geisteswissenschaftlich begreift, erscheinen ätherische Öle als Gaben der Natur, die Duftpflanzen mit vom Menschen entwickelter Kunst der Destillation abgewonnen wurden.

In den ÄÖ sind alle jene Fähigkeiten und Kräfte wahrnehmbar, die die Duftpflanzen benötigen, um vital zu wachsen, sich zu schützen, sich fortzupflanzen, und mit ihrer Umwelt zu kommunizieren. In den ätherischen Ölen zeigen sich im Wirkungsspektrum biochemischer Substanzen die verschiedenen Qualitäten eines Lebewesens, um optimal das eigene Lebenspotenzial zur Entfaltung zu bringen und in Austausch mit anderen Lebensformen zu treten. (mehr dazu s. Kap. 2.6: Symbolik der Biochemie von ÄÖ). (vgl. auch Büchli, 2000, Lit.Nr.3)

Jede aromakundliche Anwendungsserie (mehrere Anwendungen eines ätherischen Öls innerhalb eines Zeitraums (von 1 Tag bis max. 3 Monate) zeigt Wirkungen, die man wie folgt zusammenfassen kann. Diese Zusammenfassung kann sowohl über den Anwender als auch die **Ölcharakteristik** etwas aussagen.

2.2.1 Die Wirkungen der ÄÖ erscheinen phasenartig:

Hier werden Wirkungsphasen ätherischer Öle aufgelistet, die, jede für sich und in individueller Abfolge, nach Begleitung von hunderten von Patienten mit einzelnen ätherischen Ölen zu beobachten waren; die Reihenfolge und Gestaltung ist sehr individuell, ein Patient kann auch mit ‚Ausleitung‘ (3.) einsetzen und mit ‚Ruhe‘ (4.) und ‚Entspannung‘ (1.) fortfahren, um bei ‚Integration‘ (5.) anzukommen. Diese ist dann allerdings generalisierbar (s.unten).

1. Entspannung- oder Wohlfühlphase – Der Behandelte erlebt ein körperlich-emotionales Wohlbefinden (‚well being‘); meist nur Stunden anhaltend.
2. Widerstandsphase – Der Behandelte erfährt als Reiz-Reaktion kurzfristiges Aufflackern bekannter Symptome; über Minuten oder bis zu mehreren Tagen andauernd. Auch als ‚unerlöste‘ Wirkungsphase bezeichnet.
3. Ausleitungsphase – der Organismus entlädt sich überflüssiger Schadstoffe über alle ausleitenden Wege: Diurese, Diarrhoe, Transpiration, Expiration; über Stunden, selten etwa über 3 Tage.
4. Ruhephase – die Stoffwechselanregungen im Organismus als auch die Veränderungsimpulse der Öle auf die gesamte Persönlichkeit wirken ermüdend, was zu einem gesteigerten Schlafbedürfnis führen kann; Dauer einige Stunden bis mehrere Tage.
5. echte Regenerations- bzw. Integrationsphase – die Veränderungsimpulse durch die Öle werden so integriert, dass der Behandelte die bewusste Erfahrung eines Zu-Sich-Kommens macht. Er erkennt einen körperlichen, seelischen oder/und geistigen Entwicklungs- und Lerneffekt in Richtung ureigenen Gesundseins. Kann Tage bis Monate anhalten. Auch als gelöste Wirkungsphase bezeichnet. (aus: Kommentar des Autors in: Price, 2009, S.259, Lit.Nr. 11)

Ist diese Anwendung ohne die Absicht einer Behandlung von akuten Symptomen und Beschwerden geschehen, soll sie also nicht gegen eine aktuell vorliegende Krankheit, sondern zur Gesundheitsförderung oder ‚biografischen Erkenntnisarbeit‘ (siehe unten: Erkenntnisbogen) eingesetzt werden, so wird sie als **‚Ölprüfung‘** bezeichnet.

2.3 Der allgemeine Öl-Prüfungs-Vorgang geht wie folgt vor sich:

- Tagebuch führen: Beginn / Zeitraum für die Prüfung festlegen
- Material: 1 kleine Flasche mit 1 Tropfen des zu prüfenden Öls
- Anwendung: täglich mit sich am Körper tragen und 1x daran riechen.

kurze Beschreibung:

Datum: _____ Namenssignum _____

I) Anlaß/Anstoß für die Ölprüfung (kurz: ÖP):

II) verwendetes ätherisches ÖL:

III) Art der Anwendungen:

- Mit-Sich-Tragen - Inhalation - Einreibung - Massageform - Badeart

Ein Bericht (schriftlich oder mündlich) über die gemachten Wahrnehmungen im Ölprüf-Zeitraum werden im nachfolgenden ‚Erkenntnis-Bogen‘ vom Begleiter zitatweise geordnet.

2.4 Der Erkenntnis-Bogen

geordnet nach den Themen:

1. Physische Gegebenheiten

2. Vitalität

3. Sinnesfähigkeiten

4. Emotionalität / Gestimmtheit

5. Seelen-Regungen

6. Soziales Handeln

7. Denkart

8. Biografie-Schwerpunkte

<u>Beobachtungen / Wahrnehmungen / Empfindungen im Hinblick auf:</u>	
1. Physische Gegebenheiten	
	Körper-Haltung; Gewebs-Eigenschaften; Gewicht; Körper-Gestalt;
2. Vitalität	
	Änderungen in Vitalfunktionen Ist eine körperliche Lebendigkeit in ihren Veränderungen wahrnehmbar? - Verändern sich Atmung, Blut-Kreislauf, Drüsentätigkeiten, Ausfuhr/Einfuhr, Rhythmen des Vegetativums (Sympathikus/Parasymp.); treten Schmerzen auf bzw. verändern sie sich?
	- Beobachtung eigener Leistungs-Kraft, Reserven und entsprechender Empfindungsintensität bzgl. Ausdauer, lokaler/genereller Stärken/Schwächen/Kraftkonzentration oder -verluste - Wahrnehmung von Aktivität in ‚Kraftzentren‘ des Organismus
3. Sinnesfähigkeiten	
	- Man beobachte die Wahrnehmungen mit den Fähigkeiten im Tast-Sinn, Gleichgewichts-/ u. Bewegungs-Sinn, Geruchs- und Geschmack- Sinn, im Wärmesinn Seh-Sinn (v.a. die Sensibilität auf Licht), Gehör-Sinn (v.a. die Unterscheidungsfähigkeit des Körpers für Dissonanzen), den Sinn für das Räumliche.
4. Emotionalität / Gestimmtheit	
	Bewegung / Aggressivität / Kreativität Gefühls-Empfindsamkeit / sexuelle Aktivität Stimmungslage (launisch, ausgeglichen, freudig, zuversichtlich, ängstlich....) Gefühlsausdrücken (begeistert, lustig, aufgeregt, aggressiv, traurig....) Mimik/Gestik Ruhe-Unruhe
5. Seelen-Regungen	
	- Symbolische Vergleiche: ‘das fühlt sich an wie’ / mich ziehen nun v.a. an:

spezielle Farben,
Töne, Bilder, Fantasien,
Musikwerke, Instrumentarten,
Landschaften, Tiere; - Natur-Wesen; Elemente der Natur
(Feuer, Wasser, Luft, Erde).
- Werden altbekannte seelisch-emotionale Schwierigkeiten, aber auch -lösungen
wieder wach? (z.B. Ängste, Traumata, überwindender Umgang damit etc.)

- erinnert man sich an Träume? Wie erlebt man das Erinnern von Traumbildern?

6. Soziales Handeln

Kommunikationsart:

Blickkontakt

Sprache

Ansprache

Soziales Verhalten, Fühlt man sich in bestimmten Situationen emotional anders
gestärkt, geschwächt, gelassener?

Motivation (Neugier...Willensstärke....Verschlossenheit)

- Was steht im Vordergrund: rational oder intuitiv gesteuertes Handeln?

Selbstvertrauen

Selbständiges Handeln

Haben sich die sozialen Beziehungen verändert?

7. Denkart

Wie denke ich? Digital / analog?

- Konzentratives / meditatives Denken? Denkt tempo?

- Enthüllt die Begegnung geistige Bilder, Symbole und Formen?

- Spirituelle Anregungen / Impulse?

- wird der Körper neu begriffen?

- Verändert sich das Verhältnis zur derzeitigen physischen, psychischen oder sozialen Lage?
Erkenntnisse?

8. Biografie-Schwerpunkte

- Wird man angeregt, das eigene bisherige Leben zu überdenken?

Biografischer Status / mögliche Erkenntnis-Aspekte im Rahmen einer ÖP (dienen ordnend dem Begleiter; die Fragen werden nur bei einer biografischen Problem-Behandlung auch dem Klienten vorgelegt):

1. Was ändert sich derzeit in meinem Leben? Wage ich Neues, ohne es sicher einschätzen zu können? Wie gehe ich mit starken Veränderungen um?
2. Welche Prüfung steht an?
3. Wie gehe ich mit ‚Liebe‘ um? Mit Partnerschaft? mit Sexualität? Wie ist das Verhältnis zu meinem Körper?
4. Wie ergreife ich die Herausforderung Lehre und Lernen?
5. Was muss ich wirklich *tun*, um meinen roten Lebensfaden zu erkennen?
6. Wie gehe ich mit Lebensnöten, -hindernissen, -scheiden und -leiden um? Wie verarbeite ich Kranksein? Wie gehe ich mit traumatischen Erfahrungen um?
7. Wie erlebe ich Gemeinschaft und Einzigartigkeit als Einzelner?
8. Welches sind für mich lebensentscheidende Begegnungen?
9. Wie erlebe ich den Aufbau im ‚Äußeren‘ (Beziehungen, Familie, Wohnort, Beruf) im Verhältnis zu dem im Inneren (‚Wesens-Familie‘ und ‚Berufung‘)?
10. Woran erkenne ich meine eigentliche Heimat? Meine Seelen-Verwandten?
11. Weiß ich um meine Schicksals-Linien, mein eigentliches Woher und Wohin? Habe ich Einblicke in Zeiten/Räume vor/nach meinem Leben? Kann ich sie annehmen? Mein Geborensein annehmen? Meine Identität?
12. Wie erlebe ich erfüllendes Handeln? Welche Aufgaben fordern und fördern mich besonders? Welches sind meine Ressourcen? Handle ich souverän?
13. Bin ich bewusst an geistige Dimensionen angebunden? Wie bin ich spirituell? Lebe ich ethische Werte?
14. Wie lebe ich im Wissen darum, dass ich sterben werde? Wie gehe ich mit den Herausforderungen ‚Angst‘ und ‚Todesangst‘ um, was gibt mir Sicherheit?
15. Gibt es Menschen, die meine Aufgaben fortsetzen könnten, wäre ich nicht mehr?

Die aromakundlichen Ölprüfungsergebnisse werden in einem Erkenntnis-Bogen dokumentiert und grafisch dargestellt (s. Grafiken Kap. 4.3); er dient vor allem den Prüflingen/Klienten in ihrem gesundheitlichen/ biografischen Selbstverständnis im Kontext selbstreflektierender Persönlichkeits-Entwicklung, jedoch auch der Forschung und Lehre in der Aromakunde. Hierfür werden mehrere Erkenntnisbögen der Ölprüfenden im Bezug auf dasselbe ÄÖ ausgewertet und in einem ÖP-Ergebnisbogen generalisiert.

Wer sich mit der individuellen Erfahrung von Öl-Wirkungen befasst, erhält die Erkenntnis, dass es in der Betrachtung mehrerer solcher Erforschungen des gleichen Öls eine abstrahierbare integrierbare Kongruenz **symbolische Sinn- und Bedeutungsübereinstimmungen** gibt.

(s. unten angeführte Studie Kap.3; Literatur: Trott-Tschepe, 2007, Lit.Nr. 15)

2.5 Wie wird hier ‚Symbol‘, ‚Symbolische Wahrnehmung‘ oder ‚Symbolisches Geschehen‘ verstanden?

Symbole sind hier als Entsprechungen zu verstehen, die sichtbare und unsichtbare Wirklichkeit des Lebens vereinen.

In Literatur, Wissenschaft und gesellschaftlich konventioneller Alltagssprache gibt es mannigfaltige Bedeutungen des Wortes ‚Symbol‘. Hier bekommt es eine eher geisteswissenschaftliche Sinngebung:

‚Der Begriff geht auf den antiken Brauch zurück, dass als Erkennungszeichen für eine einmal geschlossene Gastfreundschaft ein Tonring oder ein Tontäfelchen, das Symbolon, zerbrochen wurde und jeder der beiden Gastfreunde eine Hälfte mit sich nahm. Traf man, oft nach langer Zeit, wieder zusammen, fügte man die beiden Hälften ineinander und sah darin die ehemals geschlossene Freundschaft bestätigt.

Ein Symbol (von griech. σύμβολον (sýmbolon) = Zusammenwurf, aus συν- (syn-) = zusammen, und βολή (bolē) = Wurf; lat. symbolum) oder Sinnbild ist aus geisteswissenschaftlicher Sicht ein sinnlich wahrnehmbares oder vorstellbares, leicht überschaubares Zeichen, das auf eine sinnlich nicht wahrnehmbare, übersinnliche Wirklichkeit verweist. (Lit.Nr. 22)

Im Zusammenhang mit der Aromakunde stellt es hier für den Autor den ‚Gesamtwurf‘ der Wirkungen eines ÄÖ dar. Auch wenn es noch viele andere Verwendungs- und Bedeutungsarten des Begriffs ‚Symbol‘ gibt, z.B. als konventionell vereinbartes oder subjektiv erdachtes Zeichen, als stellvertretendes Sinnbild, als hinweisgebender Gegenstand; hier soll es ein Arbeitsbegriff sein, der nach Ansicht des Autors hilfreich verdeutlicht, was in der Wahrnehmung der Wirkung von ÄÖ geschieht; (s.a. Weiterführendes in den Kapiteln ‚Diskussion‘ und Trott-Tschepe, 2010, Lit.Nr. 27).

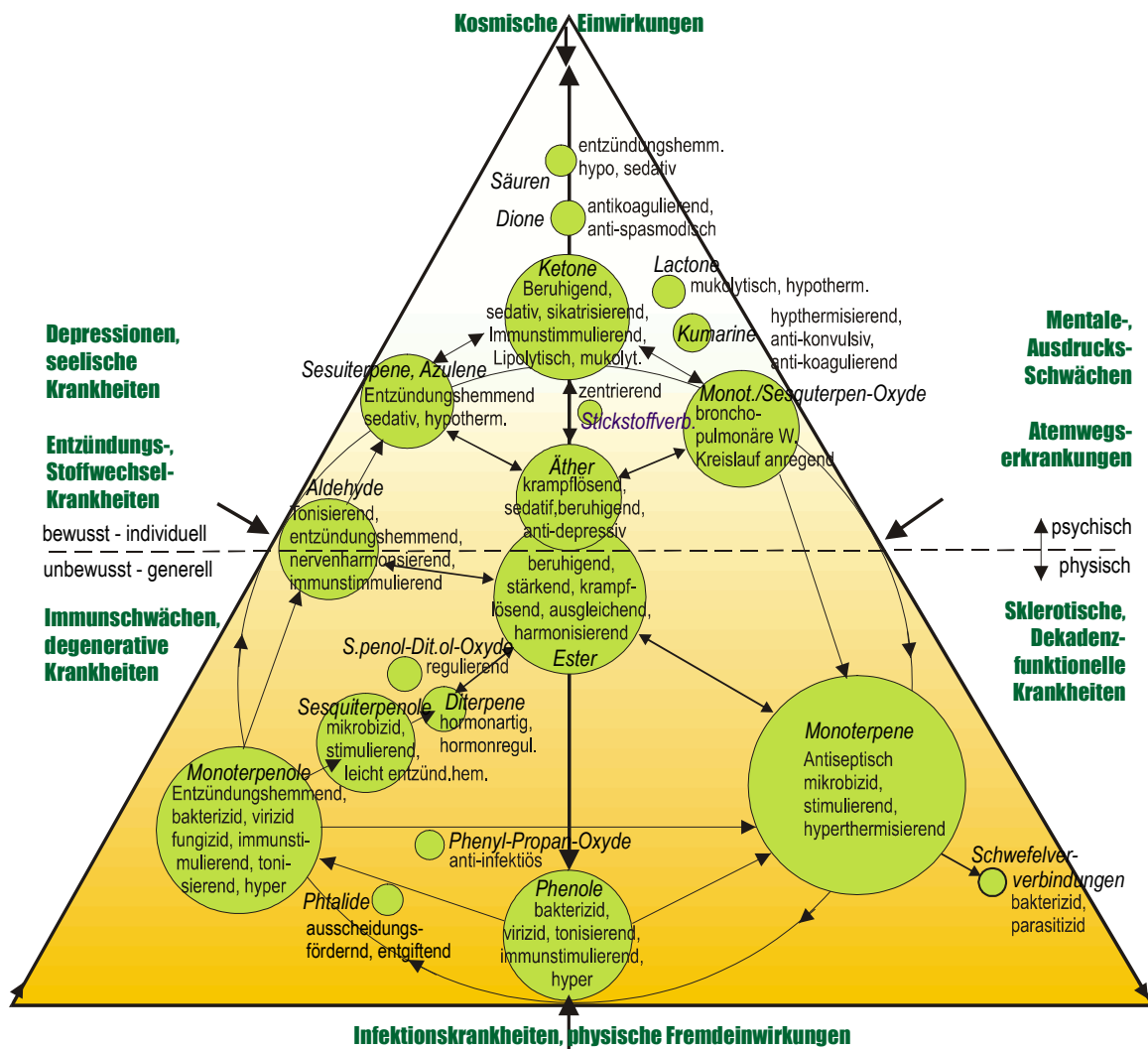
2.6 Symbolik in der Biochemie von ÄÖ

Untersucht man nun, ob bei geprüften Ölen mit ähnlichen biochemischen Inhaltsstoff-Gruppen und deren Komposition symbolische Entsprechungen zu erkennen sind, kann man tatsächlich zu den Annahmen kommen (belegbar durch dokumentierte Ölprüfungen von Prüfgruppen und TN der Aromakunde-Ausbildungen; s. Ergebnisse der Prüfgruppe ‚Aromakunde-Netzwerk Berlin‘ (www.aromakunde-netzwerk.de), und das Kap. ‚Berichte von Seminar-Teilnehmern, in: Trott-Tschepe, 2008, Lit.Nr. 28):

- A) Ätherische Öle wirken auf einer Ebene sinnlich spürbarer, körperlicher Effekte, und auf drei Ebenen symbolischer Sinngebungen bzw. Entsprechungen:
 1. Wirkung im Organismus:
Unterstützung von Funktionen der Organe bzw. Organ-Systeme
 2. Kräftigung der Persönlichkeit:
Stärkung spezifischer Energien im individuellen Kräftehaushalt
 3. Bewusstseins-Ebene:
zur-Verfügung-Stellen spezifischer Bewusstseins-Anteile
 4. Schöpferische Potenziale:
Förderung persönlicher Gaben zur Sinn-Erkenntnis
- B) Es gibt einen Zusammenhang zwischen den physiologischen Wirkungen der biochemischen Inhaltsstoffe zu ihren Symbol-Entsprechungen: vergleiche auch Grafik 1 ‚Wirkungen‘ zu A 1.) (aus: Büchli, 2000, Lit.Nr. 3): S.15 und Grafik 2 ‚Symbolik‘ zu A 1.-4.) und B) (aus: Trott-Tschepe, 2006, Lit.Nr. 16): S.16

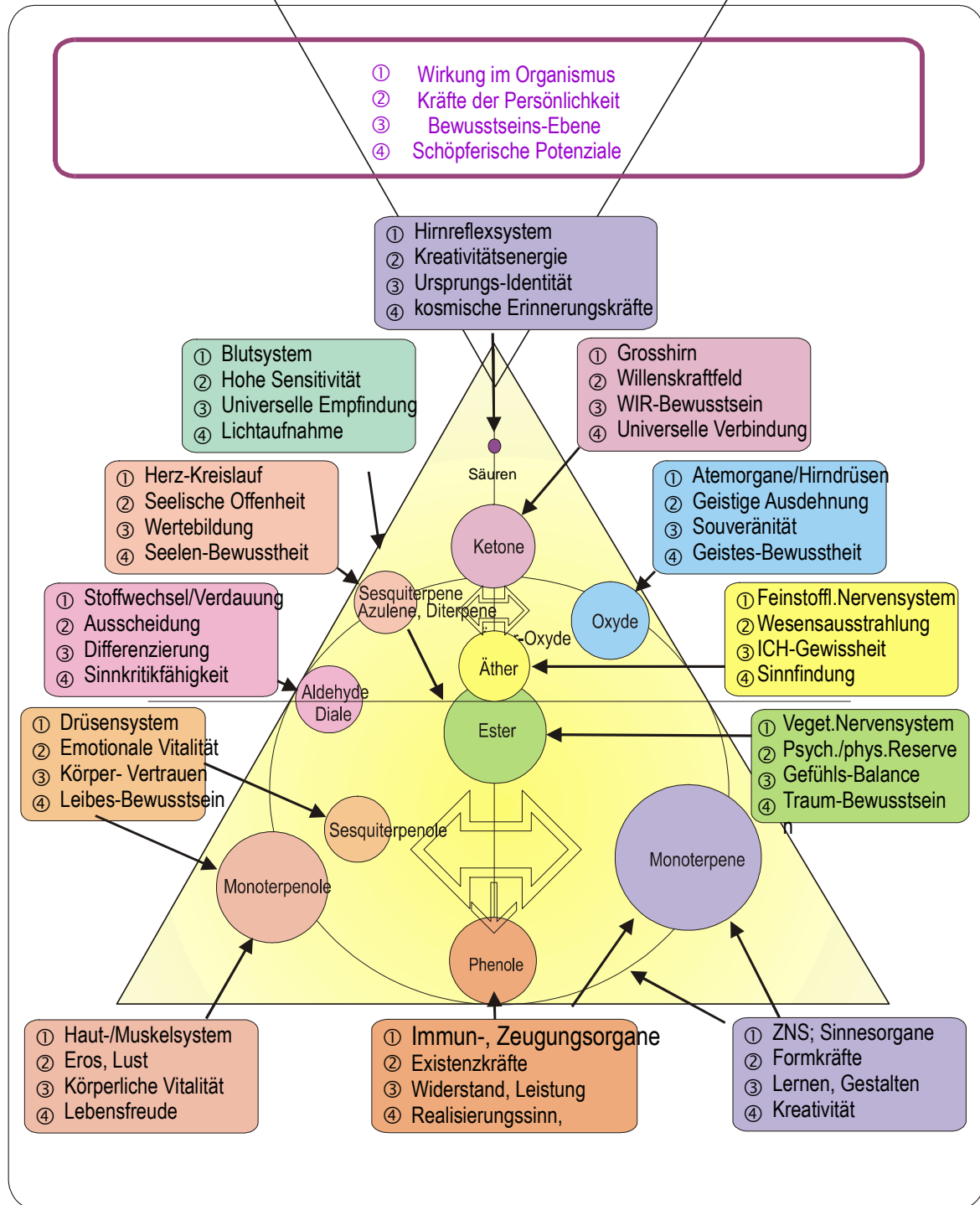
Die pathophysiologischen Wirkungen im Überblick

Diese Wirkungen sind die **allgemeinsten Aspekte der biochemischen Gruppen**. So dient dieser Überblick v.a.für **akut-medizinisches, symptomorientiertes Verständnis** der Bausteine der ätherischen Öle, auf das für weitere Bedeutungen aufgebaut werden kann. Erst dann ist eine ganzheitliche Aromakunde in der Praxis bedeutsam.



Die dargestellten Wirkungen zeigen auch die Zusammenhänge mit verschiedenen Krankheitsgruppen auf. Wir machen darauf aufmerksam, dass es sich um einen generellen Überblick handelt. Die Anwendung von ätherischen Ölen soll nicht auf dieser Basis erfolgen, sondern auf Grund der spezifischen Kenntnisse der Anwendungs- und Behandlungsarten, der inneren Zusammenhänge der biochemischen Substanzen und symbolischen Wirkungen.

Biochemische Inhaltsstoffe der ätherischen Öle in symbolischen Sinngewandungen



Erläuterungen:**Zu A)**

Die pathophysiologisch orientierte Anwendung ätherischer Öle hat zum Wissen um die Krankheits-Symptom- und –Syndrom bezogenen Wirkungen der Inhaltsstoffgruppen ätherischer Öle geführt (s. Grafik 1; vgl. Werner, 2005, Lit.Nr. 18).

In der aromakundlichen Anwendung ätherischer Öle geht man darüber hinaus: hin zum Erkennen von drei Bedeutungsebenen / symbolischen Sinngebungen bzw. Entsprechungen im Zusammenhang mit den Inhaltsstoffgruppen ätherischer Öle.

Sie sind Erkenntnisse, die aus zahllosen Vergleichen von biografisch relevanten Effekten durch die Anwendung biochemisch ähnlich aufgebauter ätherischer Öle entstanden sind. Daraus ergab sich ein Ähnlichkeitsbild zwischen der Bedeutung für den Menschen und dem biochemischen Vergleich. Auf diese Erkenntnisarbeit bezieht sich der Autor bei den weiteren Ausführungen. (Vertiefendes Wissen siehe Trott-Tschepe, 2006, Lit.Nr. 16)

Im Folgenden einige Beispiele: (siehe auch 2.Grafik:)

„Kräfte der Persönlichkeit“ bzw. „individueller Kräftehaushalt“ ist eine Bedeutung, die die Stärkung persönlicher Ressourcen durch ätherische Öle symbolisiert.

Symbol-Beispiele:

Oxyde fördern den mentalen Horizont, geistiges Interesse und die hierfür nötige Konzentrationskraft, Ester physische und psychische Reserven, wie sie der Wirkung des Schlafes zu vergleichen wären, Phenole fördern Überlebens- bzw. Abwehrkräfte, wie sie in Fieberreaktionen zu erkennen sind; etc. (Price, Kap. Biochemie, 2009, Lit.Nr. 11; Büchli 2000, Lit.Nr. 3)

Die Bewusstseins-Ebene weist darauf hin, dass durch die subtilen Wirkungsimpulse ätherischer Öle Menschen sich ihrer verschiedenen Persönlichkeits-Anteile bewusst werden können.

Symbol-Beispiele:

Oxyde: mit größerem Horizont wächst auch die Souveränität,

Ester: im Schlaf laden sich v.a. auch durch verarbeitendes und kreatives Träumen (Traumbewusstsein) unsere Kräfte auf.

Phenole: kenne ich meine Existenz erhaltenden Kräfte, leiste ich bewusst Widerstand,

Ester: im Schlaf laden sich v.a. auch durch verarbeitendes und kreatives Träumen (Traumbewusstsein) unsere Kräfte auf.

Schöpferische Potenziale für ein universelles Leben meint spirituelle Gaben und Begabungen, die durch die Ölwirkungen geweckt und gefördert werden können, die weit über die Individualität und deren Bedürfnisse hinausweisen.

Symbol-Beispiele:

Oxyde: aus Souveränität kann ein geistiges (Selbst-)Bewusstsein entstehen;

Ester: Unsere astralen Regungen (seelischen Befindlichkeiten) fördern unsere schöpferischen Möglichkeiten.

Phenole: leiste ich angemessen Widerstand, wächst die Bewusstheit für das reell Machbare; Ketone: Das Ich-Bewusstsein erweitert sich zu einem Wir-Bewusstsein, Ester: Unsere astralen Regungen (seelischen Befindlichkeiten) fördern unsere schöpferischen Möglichkeiten.

Zu B)

Durch die Gaschromatographie (spezielles Analyseverfahren der Verteilung von biochemischen Inhaltsstoffen) lässt sich eine Überblicks-Matrix prozentualer Anteile biochemischer Stoffgruppen in ÄÖ erstellen. Diese Werte sind pauschale Angaben, die je nach Wuchsort der Duftpflanze, dessen Klima, deren Ernte und Destillationsweise etwas schwanken können.

Die aromatherapeutische Forschung orientiert sich primär an nachfolgendem Punkt a), sprich den *mengenmäßig vorrangigen* Inhaltsstoffen und deren Wirkungen, aus ihrer Sicht den ‚Hauptwirkstoffen‘.

Der Autor ist nach umfangreichen Vergleichen von Ölwirkungen und deren Inhaltsstoff-Mengenangaben innert 20 Jahren zu der Annahme gekommen, dass hier ein differenziertes Prinzip vorliegt, das man in gewisser Weise mit den Wirkangaben homöopathischer Essenzen vergleichen könnte. Bei Köhler wird vermerkt ist die Auffassung gängig, dass ‚tiefe Potenzen (=materiell größere Quantität nachweisbar) Beziehungen zum Organ, mittlere zur Funktion, höhere (=‘materiell sehr geringe Quantität‘ bis ‚Materie nicht mehr nachweisbar‘) zur Psyche haben‘. (Köhler, 1984, S.144, Lit.Nr. 6).

Übertragen auf die Inhaltsstoff-Mengenverhältnisse bei ätherischen Ölen kann man nun folgern:

- a) Je höher der Prozentanteil biochemischer Inhaltsstoffe, umso eher besteht ihr Zusammenhang mit 1.: Organische Wirkungen;
- b) je niedriger d. P., umso eher Zusammenhang mit 2.: Kräftehaushalt
- c) niedrigste Prozentanteile, umso eher Zusammenhang mit 3.: Bewusstseinssebene;
- d) kaum vorhandene/nicht mehr messbare P. weisen auf spirituelle Zusammenhänge (4.) (s.2.Grafik); Beispiele weiter unten).

Folgende quantitative Deutung aus Öl-Prüfungen auf die Mengenverhältnisse ergaben sich bisher, die gewiss noch weiterer Erforschung bedürfen:

- a) ca. > 20 %
- b) ca. 8% - 20 %
- c) ca. 1 % - 8%
- d) ca. < 1 % oder keine Messung

Mögliche Verwendung:

- a) Es lassen sich Charakterzüge / Biografie-relevante Themen des jeweiligen ÄÖ aus den Prozentanteil-Verhältnisse ihrer biochemischen Inhaltsstoffe und deren Zusammenwirken (Synergie) kombinieren.
- b) Es lassen sich umgekehrt aus den Themen / Bedürfnissen eines Menschen Hinweise aus den Prozentanteil-Verhältnissen auf eine differenzierte ÄÖ-Auswahl finden.
- c) Zu beachten:
Diese Anleitung kann als Hilfs-Mittel den Weg zwischen Mensch und ÄÖ erleichtern, ersetzt aber keinesfalls den unmittelbaren Zugang zu Mensch und ÄÖ. Dieser erfordert ein intensives und umfassendes Studium der einzelnen ÄÖ-Mittelbilder als Ganzes.

3.FALLSTUDIE MIT PROBANDEN / METHODIK

3.1 Anwendungsweise

In der hier vorliegenden Studie des Autors wurde den Probanden die folgende **Anwendungsweise** empfohlen:

ein Fläschchen bei sich tragen (Material: Braunglas, 1ml; Plastikdeckel öldiffundierend; Fa. ‚Senti Berlin‘) mit 1 Tr. ÄÖ (incl. 1x Riechprobe/Tag: selbstgewählter Ruhezeitpunkt über ca. 15 Min. zur bestmöglichen Selbstwahrnehmung). Das wird selbständig durch den Laien nach einer fachkundigen Anleitung praktiziert. Das Fläschchen mit 1 Tropfen ÄÖ wird möglichst körpernah (z.B. Blusentasche, Hosentasche) getragen. Zeitraum in der Regel über 6-8 Wochen.

Begründung für diese minimale Dosierung:

ÄÖ sind stark flüchtige Stoffe (s. Kap.2.1). Die langjährige Beobachtung des Autors ist, dass selbst unbenutzte, einmal geöffnete und dann wieder verschlossene ÄÖ-Fläschchen nach 3-6 Monaten (je nach physikalischer Konsistenz des ÄÖ und deren Aufbewahrungsort) sichtbar Inhalts-Quantität verlieren (wenige Tropfen bis 1ml, je nach Flüchtigkeit: Citrus-Essenzen sind rascher verflüchtigt als Harzöle).

Wissenschaftlich nachgewiesen ist, dass beim Riech-Mechanismus ‚ein einziges Duftmolekül Tausende von Ionenkanälen im Riechzellkern öffnen und kaskadenartig eine Verstärkung der Duftinformation auslösen. Das erklärt die Möglichkeit, selbst geringste Duftreize dem limbischen System weiterzumelden.‘ (Wabner, S.13, Lit.Nr.17) (vgl. Dissertation oben)

So geht es in einer Ölprüfung eher um einen minimalen Geruchsreizimpuls - der womöglich gerade noch über oder schon unter der bewussten Sinneswahrnehmungs-Schwelle liegt - und weniger um einen Dufteindruck. Die Probanden werden nicht wie Parfumeure reagieren, die Düfte wertend einschätzen, sondern sie können sich auf sich selbst in der Eigen-Wahrnehmung orientieren .

Eine Korrumpierung durch den Alltag kann man im Umkehrschluss verneinen, bzw. es ist nicht nachzuweisen, dass die Alltagsgerüche die Erkenntnisgewinne plötzlich auslösen könnten, was sie bislang jahrelang nicht vermochten.

Dasselbe kann man übrigens im Kontext anderer Einflussfaktoren, z.B. psychosozialer Begleitumstände, annehmen. Im Allgemeinen hatten sich während des Prüfzeitraums die sozialen Lebensbedingungen nicht verändert. Doch unter gleichbleibendem sozialen Bezugfeld waren beide Probandinnen zu den nachfolgend geschilderten Einsichten und Erkenntnissen gekommen, wie, von ihnen erklärt, niemals zuvor.

Und vor allem:

Hier geht es nicht um eine passive generalisierbare Ölwirkung, sondern um eine aktive, bewusste, individuelle Kontaktaufnahme der Probanden mit dem ÄÖ; das methodische Vorgehen baut auf eine bewusste Fokussierung der Prob. auf das ÄÖ, die das Alltägliche gerade gezielt ausschließt (vgl. z.B.: ein Mensch lässt sich den ganzen Tag von Radiomusik berieseln, doch als er bewusst sein Musikinstrument hervorholt, befasst er sich mit ganzer Aufmerksamkeit mit dessen Effekten; oder: ein Mensch ist den ganzen Tag mit vielen Leuten zugange, doch kommt ein ganz spezifischer Begegnungsmoment zustande im Augenblick der bewussten Aufmerksamkeit eines wichtig genommenen Gesprächs, das als womöglich Einziges von diesem Tag erinnert wird; etc.).

Bei dieser bewussten Fokussierung gibt das ÄÖ methodisch beabsichtigt einen minimalen Impuls ab, der eben durch seine niedrige Sinnesreizung nicht durch geruchliche Überreizung ablenkt (wie es z.B. in einem konzentrierten Gespräch auch nicht vorrangig um die Laustärke geht, um sich zu verstehen, sondern um Aufmerksamkeit und klare Ausdrucksweise).

3.2 Die Probanden – Auswahl:

Zwei Probanden, die bereit waren, sich einige Wochen nach beschriebenen Kriterien mit einer entsprechenden Öl-Prüfung zu befassen, die ihre Gesundheitsverfassung beschrieben (s.SF-36-Bögen), und von sich aus offen bzw. bereit waren für eine biografisch orientierte Eigenreflektion.

Die Öl-Auswahl entspringt – vergleichbar dem Forschungsanliegen homöopathischer Mittelbild-Erforschung – bei freiwilliger Untersuchungsbereitschaft der Probanden, der Absicht, beschwerdefreien Menschen ein bislang wissenschaftlich wenig und aromakundlich kaum erforschtes ÄÖ zu verabreichen, um Erkenntnisse in der Wirkung und Thematik dieses Öls für einen Menschen zu erhalten.

Ausschlusskriterien:

Die Probanden sollten keinerlei Kenntnis, Vorerfahrung oder Erwartungshaltung mit dem ausgewählten ÄÖ haben;

Die Prob. sollten keine biografische Fragestellung mitbringen, die anderweitig aktuell und fachlich schon begleitet wird.

Die Prob. sollten die Aromakunde nicht als eigenen privaten oder professionellen Lebens-Schwerpunkt haben.

Die Prob. sollen parallel zu dieser Ölprüfung keine anderen ÄÖ verwenden, um nicht das Wirkungs- und Wahrnehmungsergebnis zu verfälschen. (Weitere Bemerkungen zu den Geruchsablenkungen des Alltags siehe oben 3.1)

Die beiden Probandinnen dieser hier vorliegenden Auswertungen haben sich in Absprache mit dem Autor für die Ölprüfung mit Adlerholz-Öl entschieden. Der Intensiv-Prüfzeitraum erstreckte sich über ca. 12 Wochen und wirkte dann noch einige Wochen nach (Bei einer Prob. über insgesamt 6 Monate). Dieses ÄÖ war vom Autor geprüft worden. In der einschlägigen Literatur lassen sich zu diesem ÄÖ nur relativ wenige Wirkungsinformationen einholen. Die prüfenden Probandinnen kannten also dieses ÄÖ nicht und wussten bis dato nichts über die Pflanze.

Dieses ÄÖ wurde gewählt, da der minimale Bekanntheitsgrad eine Unvoreingenommenheit sicherte, um obige Untersuchungs-Fragestellungen zu beantworten.

3.3 Das methodische Vorgehen zur Datenerhebung bestand darin, vor und nach der Ölprüfung den Fragebogen SF-36 ausfüllen zu lassen (v.a. zum Festhalten des allgemeinen Gesundheitszustands), die Probandinnen zu ihren Ölprüfungs-Erfahrungen kurz zu ‚interviewen‘ (nach Köttig-Völzke, 2004, Lit.Nr. 7 - ist nomenklatorisch für diese Methode eingeführt) und ihre ausführlichen ÄÖ-Tagebuch-Berichte (eigenständig erzählend geschrieben) aufzunehmen, die Schilderungen in einen Erkenntnis-Bogen ordnend zu übertragen, um sie in übersichtlichen Grafiken und biochemischen Bedeutungszusammenhang auswerten zu können.

3.4 Duftpflanzen- und ÄÖ-Beschreibungen für diese Dokumentation:

Adlerholz

<i>Botanischer Name</i>	<i>Aquillaria agallocha</i>
<i>Familie</i>	<i>Thymelaceae – Seidelbastgewächse</i>
<i>Andere Bezeichnungen:</i>	<i>Oud, Agaro, Aloeholz, Ud</i>

Inhaltsstoffe: Harz, Bitterstoffe und ätherisches Öl. Das ätherische Öl enthält u.a. Sesquiterpen- und Sesquiterpenolderivate.

„Adlerholz, *Aquilaria malaccensis* Lam. [früher: *Aquilaria agallocha* Roxb.], Dieses auch unter dem geheimnisvoll klingenden Namen Oud bekannte ätherische Öl ist sicherlich auch der ungewöhnlichste Duft, den wir für die Aromatherapie zur Verfügung haben. Gleichzeitig ist es eines der teuersten ätherischen Öle der Welt: 1 ml kostet je nach Firma 70 Euro und mehr. In der Bibel wird diese Pflanze unter oft unter dem Namen Aloeholz oder Aloth (*Agarwood*) als Kostbarkeit erwähnt. Der begehrte Duftstoff kann nur gewonnen werden, wenn dieser bis zu 40 Meter hohe Tropenbaum aus der Familie der Seidelbastgewächse (*Thymelaeaceae*) von einem Pilz (u. a. *Aspergillus niger*) befallen wird und wenn anschließend über Jahrzehnte entsprechende Abwehr- und/oder Heilungsreaktionen im Holz stattfinden (überprüft von einheimischen Botanikern), die zur Absonderung dieses schweren rauchig-erdigen Duftstoffes führen.

Aus den Holzstückchen von infizierten und gereiften Bäumen wird mit Wasser eine Maische gebildet und diese dann oft vor Ort mitten im Wald destilliert. Wenige ätherische Öle berühren Menschen so (...) wie dieser Duft. Er hat so viele Facetten wie Inhaltsstoffe, die meisten davon im Einprozent-Bereich oder weniger. Die Beschreibungen des Duftes reichen von verbrannt, modrig, erdig über pudrig, balsamisch, warm-einhüllend. Nach einer Räucherung mit "Eaglewood" (Oud) passieren in Träumen oft seltsame oder wenigstens auffällige Dinge. Euphorie und Hochgefühle (Fliegen wie ein Adler) ergreifen manche Menschen, je nachdem, in welchem Seelenzustand sie sich gerade befinden.“ (Zimmermann, Lit.Nr. 21)

Laut Expertise entspricht die dem Autor vorliegende Analyse leider nicht europäischem Standard; es gibt ungenaue Peaks darin. (Biochemische Zusammensetzung Oud-Öl: aus Zeitschrift FORUM; Analyse 4/2006 Vietnam; Lit.Nr. 20).

Für die vorliegende Studie als ausreichende Angabe kann zumindest gelten, dass jede Inhaltsstoffgruppe aus einer Vielzahl von Komponenten besteht, die oft nur im 0,5% -2%-Anteil-Bereich vorkommen. Hier gilt es noch weiter zu forschen. In der unten stehenden Grafik konnten insofern nur unspezifisch zusammenfassende Angaben gemacht werden, die hier genügen können.

Bei der Analyse fällt in der Stoffgruppe der Sesquiterpene der relativ hohe Anteil von ‚Naphthalin‘ besonders auf:

„Die letale Dosis (oral) liegt für den Menschen bei 5 g. Naphthalin führt auf der Haut zu starken Reizungen und zur Dermatitis. Naphthalin kann die roten Blutzellen schädigen. Beim Einatmen kann es zu Schleimhautreizungen, Kopfschmerzen und Übelkeit, Erbrechen und Verwirrheitszuständen führen. Bei Einnahme führt es zu Magen-Darm-Störungen, Atemlähmung, Krämpfen und Tremor. Es ist trotz seiner geringen Löslichkeit in Wasser wassergefährdend (WGK 2). Eine Schädigung der Augenhornhaut, der Leber und Nieren ist möglich. Zwischen einem Luftvolumenanteil von 0,9 bis 5,9 Prozent bildet es explosive Gemische. Eine krebserregende Wirkung wird vermutet.“ (Stoffbericht ‚Naphthalin‘, Lit.Nr. 23).

In die chemische Gesamtkomposition eingefügt, wirkt es im ÄÖ nicht giftig, erinnert aber beim Ölprüf-Geschehen symbolisch stark an das Thema des Sterbens, und führte physisch und emotional kurzzeitig zu für die Probandinnen beunruhigenden Anzeichen. Darüber wurden die Probandinnen aufgeklärt.

Zusammenfassend sei hier gesagt, dass diese bisherigen Wissensdaten das besondere Forschungsinteresse des Autors an diesem Öl geweckt haben. Er hat es an sich selbst geprüft, ist zu Vermutungen der Themen-Erkenntnisse gekommen, die er nun von untenstehenden Ergebnissen bestärkt sieht.

4. ERGEBNISSE

4.1.1 Interview- und Eigen-Bericht von Andrea C., stationsleitende Krankenschwester

A.C., 48 J., lebt ledig in einer Gemeinschaftswohnung, arbeitet als stationsleitende Schwester in einer Poliklinik, und hat sich aus persönlichem Interesse im Umgang mit ätherischen Ölen im Sinne der Aromakunde jahrelang fortgebildet. Die obigen Aufgaben-/Fragestellungen hat sie gut reflektieren und beantworten können. Sie ist mit verschiedenen Meditationstechniken vertraut.

Sie bestätigt, dass sie privat wie beruflich mit unzähligen Geruchseindrücken konfrontiert ist, dass jedoch keiner der täglichen Geruchsreize je vor dem Ölprüfungszeitraum derlei Reaktionen bzw. Lebenseinsichten, wie sie in ihrem Bericht geschildert hat, auslösten. Auch verneint sie, dass die Nachhaltigkeit der Erkenntniswirkung im Zusammenhang mit alltäglich benutzten Geruchsstoffen stünde.

Die Interview-Fragen lauteten, ohne dann den Berichtsfluss zu unterbrechen, kurz:

„Wie haben Sie die Ölprüf-Wirkung erlebt? Welche Erfahrungen haben Sie dabei in diesen Monaten gemacht? Bitte erzählen Sie frei.“

Nachstehend Bericht tabellarisch zusammengefasst im ‚Erkenntnisbogen‘, geordnet nach Wahrnehmungs- und Veränderungs-Themen: Bericht-Wortlaut erscheint im Anhang.

Thema	1. Physis	2. Vitalität	3. Sinnesfähigkeiten	4. Stimmung/Gefühle	5. Seelenregung	6. Soziales Handeln	7. Denkart	8. Biografisch Bedeutsames
Prob. A.C. Interview- und Tagebuchbericht	-	Wurzel-, Solar Plexus- Drittes Auge- Chakra sofort heiß, Hals, Bauch und Hände warm, Herz und Thymus unruhig- leichte Herzrhythmusstörung Hustenreiz; nicht zur Ruhe gekommen. Bronchitis weicht nur langsam. Gefühl von kochendheißem Solar Plexus. Gefühl, dass ich die ganzen Wochen sehr schnell an den Rand meiner Kraft komme.	Geruch wirkt auf mich ledrig, eher modrig unangenehm.	Gefühl der „stillen Zufriedenheit“. kein gutes Gefühl bei unangenehm modrigem Geruch. <u>Am Arbeitsplatz:</u> Gefühl, nicht mehr „Herr der Lage“ zu sein, gerade in Kritikgespräch über zukünftige Entscheidungen in Sachen Personal, Stationsorganisation, fühle mich verzweifelt, missverstanden, hilflos, übervorteilt...	Mit Mond und Nacht verbunden; Durchschlafstörungen, werde häufig wach, <u>Träume</u> sind unschön, es geht um das Gefühl von Verletztwerden, nicht ernst genommen werden. Traum: möchte eine Wohnung verbrennen, trauere mich dann aber doch nicht...	Viele Kollegen berichten von Sterbe- u. Beerdigungserfahrung mit Freunden oder Familie	<u>Bild:</u> Dunkelheit, nachtblauer Himmel, schwarze kahle Äste; Gesicht taucht sehr kurz schemenhaft auf: Tier? Löwe? Bär?	unheimliches bedrohliches <u>Erlebnis:</u> beim Autofahren gehabt, zweimal Angst, fast Todesangst vor Kontrollverlust auf kilometerlangen vereisten Straßen. - Mein Verhältnis zum eigenen Sterben und Tod ist mir selbstverständlicher geworden.

4.1.2 Interview und Eigen--Bericht von Petra K.: Physiotherapeutin in einer Klinik

P.K., 50 J., lebt alleinerziehend mit ihrer Tochter und arbeitet als Physiotherapeutin in der Physikalischen Abteilung einer Klinik.

Sie gibt an, dass nie zuvor – trotz jahrelanger persönlicher Beschäftigung mit ätherischen Ölen und einer privat motivierten Aromakunde-Fortbildung - sie vergleichbare Erfahrungen von Erkenntnisgewinnen gemacht habe wie in beschriebener Ölprüfung. Alltägliche Geruchsreize schließt sie als wirkungslos in dieser Hinsicht aus.

Nachstehend Bericht tabellarisch zusammengefasst im ‚Erkenntnisbogen‘, geordnet nach Wahrnehmungs- und Veränderungs-Themen: Bericht-Wortlaut erscheint im Anhang.

1.Physis	2.Vitalität	3.Sin- -nes- gabe	4.Stimmung/ Gefühle	5.Seelenregung	6.Soziales Handeln	7.Denkart	8.Biografisch Bedeutsames
körperliche Reaktionen in heftigster Form, wie ich sie bei einem Öl noch nie erlebt hatte.	Mein Rücken schmerzte derartig, dass ich das Gefühl hatte, mich nicht mehr aufrecht halten zu können. Ich krümmte mich, konnte kaum noch sitzen.		<p>Noch bevor mir das Öfläschchen gegenüber stand, fing ich zu weinen an. Den ganzen Tag spürte ich zuvor schon eine innere Unruhe.</p> <p>In der Meditation spürte ich meinen Körper nicht mehr, die üblichen Schmerzen, die ich sonst in der mir unbequemen Sitzhaltung verspürte, waren wie weggeblasen.</p> <p>In der Adlerholzzeit habe ich viele Schmerzen in Hüften und Schultern, sie gehen aber mit dem Empfinden einher, mich trotzdem zu öffnen, mich weniger zu verstecken, mich zu zeigen, wie ich bin, ohne etwas darstellen zu müssen.</p>	<p>Ich fühlte eine unglaubliche Angst, Todesangst. Ich hatte das Gefühl, immer weniger zu werden, mich langsam aufzulösen.</p> <p>Mit Adlerholz einen Raum in mir kennengelernt, zu dem ich zuvor noch keinen Zugang hatte. Ein Raum, in dem eine unendliche Ruhe, ein unendlicher Frieden herrscht, eine Kraftquelle, die mir bisher verborgen geblieben war.</p> <p>Ich hatte Zugang zu meinem Innersten, sah dort Farben, war tief in mir und doch nicht in meinem Körper.</p> <p>Kontakt zu einem inneren Raum, der mich weiter werden lässt, der mir die Angst nimmt, vor dem, was kommt.</p> <p>Weitere Themen: Tief sitzender Schmerz im Innern durch Erinnertwerden an die Sehnsucht, geliebt zu werden, die Erfüllung aber</p>	<p>Auf der Arbeit bin ich in dieser Zeit oft unkonzentriert, es ist, wie nicht von dieser Welt zu sein. Es ist mir, als ob ich mit anderen Welten verbunden bin, die mit unserem irdischen Leben nichts zu tun haben.</p> <p>---</p> <p>Eine Patientin war mir erstmals dann wirklich nah, als sie, sich selbst auf ihr eigenes Sterben vorbereitend, vom Tod ihrer Mutter erzählt.</p> <p>In der Ölprüfzeit wesentlich gelassener dem Thema Tod gegenüber geworden; Folge: dass ich nun, anders als zuvor, gerne leben will! Das macht sich sogar in meinem Verhältnis zu meinen Arbeitskollegen bemerkbar: ich bin weniger von der Anerkennung durch Andere abhängig, weniger bei Konflikten persönlich betroffen, trete</p>	<p>Mein erster Gedanke: ‚Licht aus‘.</p> <p>Es kommen mir Bilder wie aus einem vergangenen Leben, ich sah mich als mächtige Frau, stolz und hochmütig, unnahbar, die zusah, wie ihr Kind in einem Feuer verbrannte. Sie hätte es verhindern können, Stolz und Angst, selbst zu Grunde zu gehen, haben das verhindert.</p> <p>Mit dem Thema ‚Wiederverkörperung, Seele als ewiger Anteil und Karma‘ habe ich mich selbst zuvor noch nie so interessiert befasst ebenso mit dem Sterben und dem Tod.</p> <p>Das Beschäftigen mit dem Tod hat Versöhnliches, es</p>	<p>was kommt, was es auch immer sei, es wird kommen und ich werde die Kraft haben, es zu bewältigen.</p> <p>---</p> <p>An meinem Arbeitsplatz kommt durch viele Patienten so oft wie nie in 20 Jahren zuvor die Rede auf das Thema des Sterbens. Ohne sie dahin gehend an-gefragt zu haben, erzählen mir 3 Patienten in kurzen Abständen von ihren Angehörigen-Verlusten.</p> <p>----</p> <p>Mit 50 wird mir eigene Vergänglichkeit bewusster; körperlich stirbt ein Teil meiner Weiblichkeit, meine Fruchtbarkeit.</p> <p>Es entwickelte sich die Frage:</p> <p>Wie finde ich den Göttlichen</p>

				<p>durch mangelndes (Selbst-) Vertrauen in Härte und Kontrollverhalten zu verhindern.</p> <p>Die Liebe will Grenzen überspringen, die dem eigenen Ich gesetzt sind.</p>	<p>klarer auf.</p>	<p>nimmt mir die Angst davor.</p> <p>Das Feuer in seiner zerstörerischen wie auch lebendigen Kraft wurde mir das Symbol für Oud.</p>	<p>Funken in mir?</p>
--	--	--	--	---	--------------------	--	-----------------------

4.2. SF-36- Bögen

SF-36 Tabellen: time 1: vor Ölprüfung

time 2: nach Ölprüfung

Probandin A.C.:

	time	
	1	2
	Mittelwert	Mittelwert
t1_SF-36 Koerperl. Funktionsf. (0-100)	90,00	80,00
t1_SF-36 Koerperl. Rollenfunktion (0-100)	50,00	25,00
t1_SF-36 Koerperliche Schmerzen (0-100)	62,00	41,00
t1_SF-36 Allg. Gesundheitswahrnehmung (0-100)	67,00	62,00
t1_SF-36 Vitalitaet (0-100)	45,00	35,00
t1_SF-36 Soziale Funktionsf. (0-100)	50,00	62,50
t1_SF-36 Emotionale Rollenfunkt. (0-100)	,00	,00
t1_SF-36 Psychisches Wohlbefinden(0-100)	48,00	40,00
t1_STANDARD. KOERPERLICHE SUMMENSKALA	53,22	46,12
t1_STANDARD. PSYCHISCHE SUMMENSKALA	27,42	28,45

Probandin P.K.:

	time	
	1	2
	Mittelwert	Mittelwert
t1_SF-36 Koerperl. Funktionsf. (0-100)	100,00	100,00
t1_SF-36 Koerperl. Rollenfunktion (0-100)	50,00	100,00
t1_SF-36 Koerperliche Schmerzen (0-100)	51,00	72,00
t1_SF-36 Allg. Gesundheitswahrnehmung (0-100)	72,00	77,00
t1_SF-36 Vitalitaet (0-100)	50,00	70,00
t1_SF-36 Soziale Funktionsf. (0-100)	75,00	87,50
t1_SF-36 Emotionale Rollenfunkt. (0-100)	33,33	100,00
t1_SF-36 Psychisches Wohlbefinden(0-100)	56,00	64,00
t1_STANDARD. KOERPERLICHE SUMMENSKALA	51,27	55,29
t1_STANDARD. PSYCHISCHE SUMMENSKALA	36,93	48,88

4.3 Interpretation der Ergebnisse der SF-36-Fragebögen, beider Interview-Berichte bzw. der Erkenntnisbögen, Grafiken und der biochemischen Vergleichs-Möglichkeiten

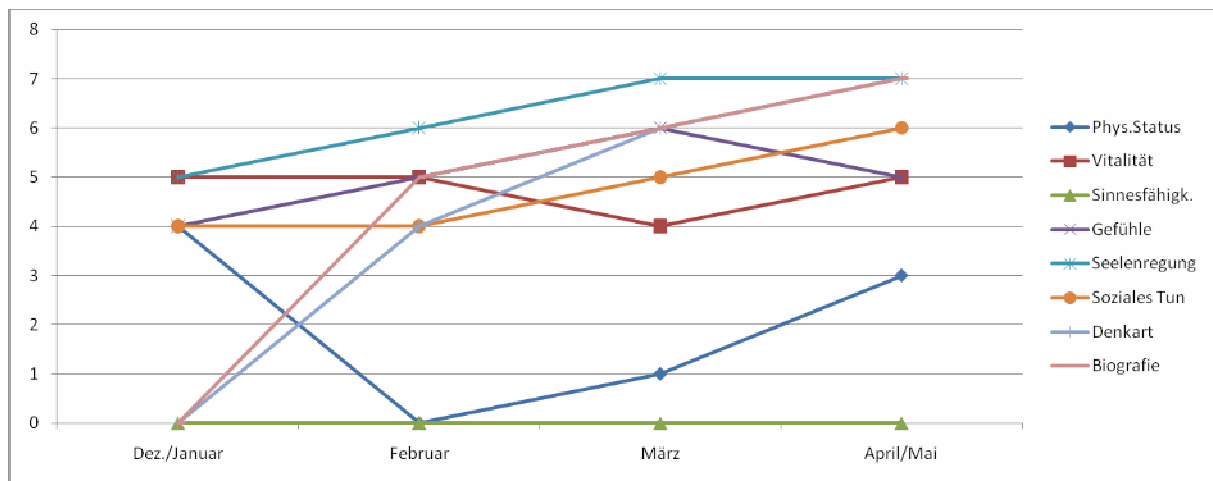


Abbildung 1: Wahrnehmungs-Verlauf und Erkenntnisgewinn zu den Themen bei Prob. P.K. // Skala 0-8: relativer Grad von Wahrnehmungs- / Erkenntnis-Zuwachs // rechts: Erkenntnis-Themen

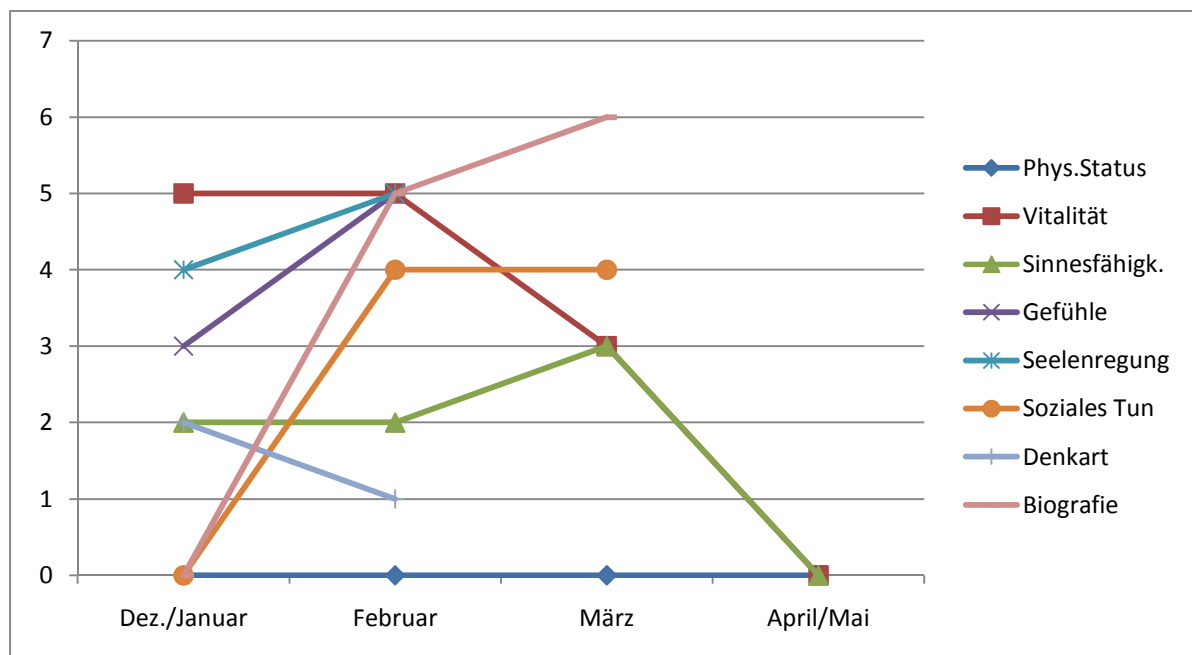


Abbildung 2: Wahrnehmungs-Verlauf und Erkenntnisgewinn zu den Themen bei Prob. A.C. // Skala 0-8: Grad von Erkenntnis-Zuwachs // rechts: Erkenntnis-Themen

Beide Probandinnen berichteten von ‚symbolischen‘ Wirkungen auf allen vier verschiedenen Ebenen

Organismus (Unterstützung von Funktionen der Organe bzw. Organ-Systeme: s. Erkenntnis-Thema 1),

Kräftehaushalt (spezifische Energien im individuellen Kräftehaushalt, s. Thema 2: (entspricht Ergebnissen aus SF-36, Fragen 4 u. 9).

A.C.: leichte Herzrhythmusstörungen, Hustenreiz; nicht zur Ruhe kommen. Bronchitis weicht nur langsam. Gefühl von kochendheißem Solar Plexus. Gefühl, dass ich die ganzen Wochen sehr schnell an den Rand meiner Kraft komme;

P.K.: Mein Rücken schmerzte derartig, dass ich das Gefühl hatte, mich nicht mehr aufrecht halten zu können. Ich krümmte mich, konnte kaum noch sitzen.

Bewusstsein (zur-Verfügung-Stellen spezifischer Bewusstseins-Anteile, s. Erkenntnis-Themen 6-8) und

Spirituelle Kreativität (Förderung persönlicher Gaben zur Erfüllung eines universalen Lebens, s. Themen 7-8) :

A.C.: Mein Verhältnis zum eigenen Sterben und Tod ist mir selbstverständlicher geworden.

P.K.: Mit Adlerholz habe ich einen Raum in mir kennengelernt, zu dem ich zuvor noch keinen Zugang hatte. Einen Raum, in dem eine unendliche Ruhe, ein unendlicher Frieden herrscht, eine Kraftquelle, die mir bisher verborgen geblieben war. meinem Verhältnis zu meinen Arbeitskollegen bemerkbar: ich bin weniger von der Anerkennung durch Andere abhängig, weniger bei Konflikten persönlich betroffen, trete klarer auf.

- Beide Probandinnen zeigen eine deutliche **Entwicklung in ihrem Selbstverständnis** und ihren Fragestellungen bzgl. ihrer biografischen Lebenssituation; (Ähnliche Andeutungen in SF-36, Fragen 5 u.6).
- Petra K. reagiert mit der Zeit vornehmlich in ‚erlöster‘ Weise auf dasselbe symbolische Grundthema des geprüften ÄÖ: ‚Wie ist mein Verhältnis zum eigenen Leben angesichts seines unabdingbaren Endes? Was heißt für mich dabei ‚Ende‘? ‚Was heißt für mich ‚ewiges Leben‘? Mit dem Thema ‚Wiederverkörperung, Seele als ewiger Anteil und Karma‘ habe ich mich selbst zuvor noch nie so interessiert befasst, ebenso mit dem Sterben und dem Tod. Das Beschäftigen mit dem Tod hat etwas Versöhnliches, es nimmt mir die Angst davor. Das Feuer in seiner zerstörerischen wie auch lebendigen Kraft ist mir das Symbol für Oud geworden. Es entwickelte sich die Frage: Wie finde ich den Göttlichen Funken in mir?
- Andrea C. zeigt hier die eher ‚unerlöste‘ Seite dieses Themas. : A.C.: unheimliches, bedrohliches Erlebnis beim Autofahren gehabt, zweimal Angst, fast Todesangst vor Kontrollverlust auf kilometerlangen vereisten Straßen. - Am Arbeitsplatz: Gefühl, nicht mehr ‚Herr der Lage‘ zu sein, gerade in Kritikgesprächen über zukünftige Entscheidungen in Sachen Personal, Stationsorganisation, fühle mich verzweifelt, missverstanden, hilflos, übervorteilt...

Das lässt vermuten, dass die unerlöste Variante therapeutisch darauf hinweist, in welcher Verfassung eines Menschen dieses ÄÖ hilfreich wirksam und ein Notwendiges Heilmittel sein könnte : Mit Adlerholz-Öl könnten Menschen mit ungeklärter Haltung zur Befristung eigenen Lebens und einer womöglich daraus resultierenden physischen wie psychischen Not (z.B. in Form völliger Erschöpfung, extremer Angstzustände und lähmender Verzweiflung) (v.a. psycho-) therapeutisch begleitet werden. Daraus entstehen weitere Forschungsaspekte, die der Autor am Ende der Diskussion vorschlägt.

4.4.1 Ergebnis-Zusammenfassung

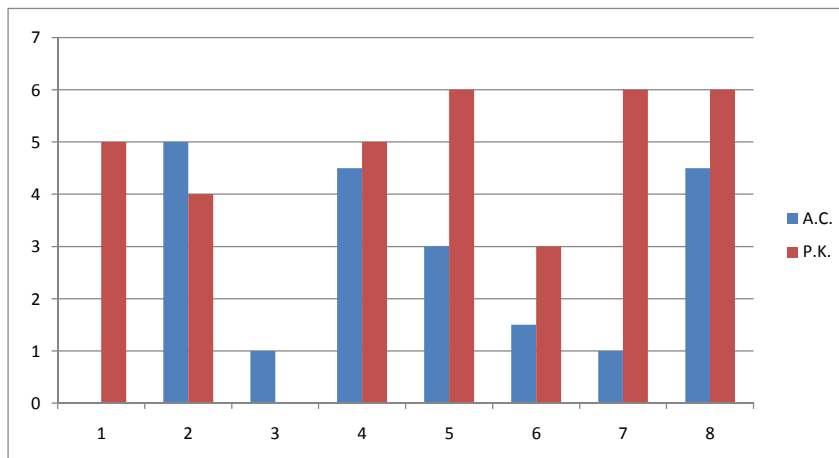


Abbildung 3: Erfahrungs-Intensität (relative Werte vertikale Skala) der Öl-Wirksamkeit bzgl. der 8 Erkenntnis-Themen:

- 1 Physischer Status
- 2 Vitalität
- 3 Sinnesfähigkeiten
- 4 Emotionen
- 5 Seelenregungen
- 6 Soziales Tun
- 7 Denkart
- 8 Biografie

Zu den Abbildungen 1-3:

Die umfassenden gesundheitlich und biografisch relevanten Reaktionen in unterschiedlichen Erfahrungs-Intensitäten und deren Schilderungen während und nach der Adlerholz-Prüfung wie z.B.

Herzrasen, Rückenschmerzen, Kontrollverlust, zu Tränen bewegende Emotionen, Todesangst, wahrhaftiges Quellen-Erfüllt-Sein, Liebes-Sehnsucht, Begegnung mit Vergänglichkeit, Schwellenbegleitung, Feuertod, Verbindung mit anderen Welten, Einblick in früheres Leben, , göttlicher Funken u.a.

zeigen, dass dieses ÄÖ mit den Sinnen wahrnehmbare ‚äußerliche‘ Wirkungen gleichzeitig mit tiefensinnlich*-geistigen Reaktionen in Form als innerlich bedeutsame Geschehen hervorrufen kann (*nach H. Bortoft; Lit.Nr.2). Insofern sind deutliche Erkenntnisgewinne bzgl. Vertrauen und Souveränität ihrem Leben gegenüber bei den Probandinnen zu erkennen.

Die individuellen Schilderungen erläutern: es geht um ein universelles Thema, das die Prüfenden als die spirituelle Frage nach der ‚Haltung zum eigenen Tod‘ und der Bedeutung der eigenen Seele im Hinblick auf einen ‚göttlichen Funken‘ als Anteil ihrer Person schildern.

4.4.2 Ölprüfung zusammengefasst (im Sinne des Kap. 2.6 Symbolik in der Biochemie von ÄÖ):

Inhaltsstoff-Gruppe	%-Analyse (ca.)	Entsprechung	Vergleich Ölprüfung
Ester	20%	Phys-psych. Reserven	Zufriedenheit
Alkohole, davon Monoterpenole Sesquiterpenole	19,5% 13% 6,3%	Emotionale Vitalität Psychisches Vertrauen	Angstfreiheit, Gefühl v. Gehaltensein
Terpene Sesquiterpene Azulene Monoterpene	30%,davon Naphtalin 21% 4,5% 4,5%	Herz-Kreislauf Universelle Empfindg. Widerstand	Herz-Irritationen Unsterblichkeit, frei v. Todesangst
Ketone	13%	Willenskraft	Alles ist zu bewältigen
Oxyde	4,6%	Souveränität	Innerer Frieden
Säuren	9,9%	Schöpferische Kraft	Schwellen- Transformation

Symbol-Bedeutung der Biochemie-Zuordnungen: Eine starke Basis psychischer Reserven, hohe Willenskraft und gute Vertrauensgrundlagen ermöglicht eine schöpferisch orientierte Souveränität, universell empfinden und handeln zu können.

5.DISKUSSION

Aromakunde zwischen ‚Kenntnis‘ und ‚Erkenntnis‘:

Es geht hier um die Diskussion über eine wissenschaftlich unkonventionelle Methodik zum Erfassen und Verständnis aromakundlicher Ergebnisse, zum Beispiel, wie minimale Sinnesimpulse durch ÄÖ einen Erkenntnisgewinn und sinnstiftende Gestaltung enthalten bzw. auslösen können.

Diskussionsfragen:

Was heißt in der Aromakunde ‚Erkenntnisgewinn‘ und Sinnstiftung?

Wie geht dieser Erkenntnisgewinn vor sich, wie kann man das Geschehen zwischen Ölimpuls und Mensch verstehen?

„Dem Menschen ist das **Erkenntnisbedürfnis** eingeboren. Dieser Drang entspringt dem inneren Seelenerlebnis, mit der Wahrnehmung eine Verbindung einzugehen. Der Erkenntnisprozess ist damit der Ausgleich zweier Kräfte, die von außen und innen wirken.“ (aus: Karl, C., 2010, S.210, Lit.Nr. 8).

5.1 In vier Rückschlüsse aus den vorliegenden Studienergebnissen sei hier der Diskussionsverlauf aufgeteilt:

1. Die Probandin nimmt etwas im Außen Gestaltetes auf, was sie im Innern als für sie persönlich bedeutsam erkennt.
2. Die Begleitung in der Aromakunde hat eigene salutogenetisch wirksame Prinzipien.
3. Dem Autor erscheint das geschilderte Erkenntnis-Geschehen als ‚symbolisch‘.
4. Es gibt in der Aroma-Kunde mehrfache Kenntnis- und Erkenntnisgewinne, die Naturwissenschaft und Geisteswissenschaft sich annähern lassen können.

Erster Rückschluss:

Die Probandin nimmt im Außen Gestaltetes auf, was sie im Innern als für sie persönlich bedeutsam erkennt.

Wie hatte sich das prozessual entwickelt?

In Stichworten (*Kursives als Prozess-Stationen* zu lesen):

1. Adlerholz-Duftstoff ist Ergebnis der über Jahre dauernden lebendigen Prozesse des Baumes zwischen Wachstum, *Absterben von Baumteilen(=Außen)* durch einen baumspezifischen Pilz, Regeneration durch Neuwuchs auf einer dieser Baumart spezifischen Weise (s.oben).
2. In das Destillat bzw. den biochemischen Inhaltsstoff-Komplex ‚ätherisches Adlerholz-Öl‘ ist sehr geringfügig *ein Stoffwechsel-toxischer Inhaltsstoff* (Naphtalin) (=Außen) eingebettet, der vermutlich für den *nachfolgenden Prozess* mitverantwortlich ist.
3. Nachdem in extrem geringer Dosierung die Prob. in einer Anwendungsrhythmik über mehrere Monate das ÄÖ aufgenommen haben, erfahren sie u.a.
4. *physische* (Herzrasen, Hüftschmerzen, Bewegungseinschränkungen) (=Außen) als auch *psychische* Belastungen (z.B. Deprimiertheit, *Ängste vor Lähmung, Todesfurcht* u.a.-s.o.) (=Innen).
5. Die Symptome und Beschwerden gehen zurück. Es erscheint *wie eine im Innen-Leben (Psyche) umgestaltende Abheilung eines das Außen-Leben (Physis) beeinträchtigenden Faktors: Sterben ist nicht das Letzte des Lebens*, wenn man die Seele als etwas Ewiges erfährt (=Innen).

Zweiter Rückschluss:

Die Begleitung in der Aromakunde hat eigene salutogenetisch wirksame Prinzipien.

Das salutogenetische Konzept wurde durch den Medizinsoziologen Aaron Antonovsky (1997, Lit.Nr. 1; vgl. auch Petzold, 2010, Lit.Nr. 25) als Gegenstück zum Begriff der Pathogenese entwickelt. Darin werden die zur Gesundheitsförderung stabilisierenden, gesundenden Prozesse und Kraftquellen hervorgehoben.

In Anlehnung an die von Antonovsky u.a. beschriebenen Prinzipien haben die Probandinnen als solche Kraftquellen erfahren:

im *Körperlich-Emotionalen*: anfangs sehr belastet durch Beschwerden – im Vergleich zur später aufbauenden emotionalen Entwicklung (vgl. Kap. 4.3, Abb.1)

im *Seelischen*: positiver Aspekt der ‚Seelenregungen‘, v.a. bei P.K. (vgl. Kap.4.3, Abb.1)

im *Geistigen*: das generelle Vertrauenserleben, d.h. ein Wissen um die Sinnhaftigkeit menschlichen Daseins selbst im Hinblick großen Leids erlebt. (vgl. Kap. 4.3, Abb.1 u. 2)

Die Arbeit mit ätherischen Ölen kann diese genannten Kraftquellen fördern und bewusstmachen, wie in dieser Studie aufgezeigt werden konnte.

In den oben beschriebenen Anleitungen, Befragungen und Beispiel-Ergebnissen aromakundlicher Arbeit (Kap.3) wird deutlich, wie hier , eine ‚im Innern stattfindende Kreativität‘ bzw. Sinn-Erkenntnis stattfindet.

Das wirkt nachhaltig:

Bei A.C.:

Vorwiegend im Beruflichen verändert sich ihre Haltung Sterbenden gegenüber, den Tod eines Patienten gelassen zu erwarten. Ihr bisheriges Interesse, sich beruflich der Krebshilfe und Hospizarbeit zuzuwenden, wird bestärkt.

Auch die Aussicht auf das eigene Sterben wird furchtloser betrachtet.

Bei P.K.:

Sie schildert - und dies wird von Freunden und Angehörigen (2 Monate später) bekundet - dass sie eine dem Leben gegenüber befriedete Haltung durch eine konkret erfahrene Spiritualität habe:

- Sie interessiert sich für Literatur über Schicksalszusammenhänge und Wiedergeburt, besucht Theateraufführungen zum Thema („Orpheus und Eurydike“);
- Sie strahlt eine gestärkte Selbstsicherheit aus; ihre Tochter erlebt sie als stolze Frau.
- Sie wehrt sich an ihrem Arbeitsplatz gegen ungerechtfertigte Vorwürfe seitens ihrer Vorgesetzten; für sie selbst, wie für Kollegen und Freunde ein ungewohntes Verhalten.

Für Beide gilt es festzustellen, dass sie ein neues Bild von ihrem Leben gestalten: der persönliche Tod ist nicht das komplette Ende, es gibt, für P.K., vor dem Tod etwas Erlebbares, das auf Unsterbliches der eigenen Persönlichkeit hinweist.

Dritter Rückschluss:

Dem Autor erscheint das geschilderte Erkenntnis-Geschehen als ‚symbolisch‘.

„Es gibt eine zarte Empirie, die sich mit dem Gegenstand innigst identisch macht und dadurch zur eigentlichen Theorie wird.“ (Goethe, Maximen, Lit.Nr. 4, S.435)

Erkennbar in dieser Studie war:

Die Probandinnen haben das ÄÖ Adlerholz auf 8 beschriebenen Lebensebenen so intensiv wahrgenommen, dass sie sich mit ihm ‚innigst‘ verbanden und mit ihm, wie in einer Einheit korrespondierten (vgl. Kap. 4.3, Abbildung 3 zu den Erkenntnisbögen).

Diese Korrespondenz kann so weit gehen, wie es in der Prüfung dieses Öls dem Autor selbst ergangen ist, dass sich unerwartet synchron Menschen stark mit den oben beschriebenen Themen befassten und an ihn wandten, ohne von seiner Ölprüfung und deren Ergebnissen irgendetwas gewusst zu haben. Das Ölthema manifestierte sich in seinem Lebensumfeld.

Kiene deutet schon mit einer eigenen Bezeichnung der ‚abbildenden Korrespondenz‘ in diese Richtung. Er sagt:

Während das statistische, randomisierte Experiment darauf abzielt, den Wissenschaftler als Subjekt des Erkennens auszugrenzen, stützt sich die abbildend-experimentelle Methode gerade auf die individuelle Erkenntnisfähigkeit des Wissenschaftlers als Subjekt. Während die erste Methode *Subjekt-ausgrenzend* ist, ist die zweite Methode *Subjekt-integrierend*.“ (Kiene; Cognitive Based Medicine, 2001, Lit.Nr. 9)

Für die vorliegende Arbeit kann man dieses methodische Selbstverständnis eines Forschenden vom Wissenschaftler auf die Probanden direkt übertragen: sie sind ja primär diejenigen, die sowohl erkenntnisfähig als auch erkenntnisgewinnend waren.

Bei dieser erkenntnisbewirkenden Wahrnehmung geschieht eine als ‚symbolisch‘ bezeichnete Sinnbildung:

„In einem Akt, der Sichtbares und Unsichtbares, Gestaltetes und Gestaltloses, der (Oberflächen-)Wahrnehmung und (Tiefen-)Erkenntnis kurzschließt, werden im Symbol verschiedene Wirklichkeiten zusammengefügt. Das Symbol ist insoweit Verhüllung und Offenbarung zugleich.“ (Mayer-Tasch, P.C., 1998, S.10; Lit.Nr. 10)

Im Kontext dieser Arbeit werden Goethes Theorie des Symbols und der Symbolbegriff nach Cassirer als Verständnisgrundlage gewählt, da sie am ehesten dem Geschehen im Bezug zu den ätherischen Ölen nahe zu kommen scheinen.

J.W.v. Goethe fasste das Symbol auf als „aufschließende Kraft“, „die im Besonderen das Allgemeine (und im Allgemeinen das Besondere) darzustellen vermag“. (Beispiel: Licht für Geist, Erkenntnis, das Göttliche). (Goethe, Maximen, Lit.Nr. 4)

Für Goethe werden die Dinge damit aufgeschlossen hin zu dem, was sie eigentlich ‚sind‘, weil er intuitiv in sie hineinschaut, ja in ihnen lebt, statt sie durch Gedankenbilder zu ersetzen. (Bortoft, 1995, S.57; Lit.Nr. 2);

In der Philosophie von Ernst Cassirer hat der Symbolbegriff eine besondere Bedeutung. „Es ist das symbolische Denken, das die natürliche Trägheit des Menschen überwindet und ihn mit neuen Fähigkeiten ausstattet, der Fähigkeit, sein Universum immerfort umzugestalten.“ (Cassirer, 2007, S.100; Lit.Nr. 12)

„Symbole können selbstverständlich auch denen, die sich ihnen öffnen, (...) zu Bewusstseinskatalysatoren werden, können den im Symbol verdichteten soziokulturellen Erfahrungs- und Beziehungsraum zur Beschleunigung lebens- und überlebensnotwendiger Einfühlungs- und Wandlungsprozesse nutzen, die sonst wahrscheinlich nur äußerst langsam oder gar nicht in Bewegung kämen.“ (Mayer-Tasch, 1998, S.17; Lit.Nr. 10)

Den Probandinnen erleichterte die Ölprüfung das Aufschließen innerer Erkenntnisprozesse. Sie trennten nicht das Objekt ÄÖ von ihrer Person, sondern verbanden sich mit einem ihr Leben betreffenden dem ÄÖ inne liegenden Sinn. Nun steht dieses ÄÖ ‚Adlerholz‘ symbolisch nicht für ein Bedeutungsbild, das sie sich machten, sondern es ist ein Teil ihrer selbst geworden.

5.2. Vierter Rückschluss, Haupt-Schlussfolgerung und Forschungs-Vorschlag:

Es gibt in der Aroma-Kunde mehrfache Kenntnis- und Erkenntnisgewinne, die Naturwissenschaft und Geisteswissenschaft einander annähern können.

„Und um Symbole zu verstehen und zu deuten, müssen wir Methoden entwickeln, die sich von denen der Ursachenforschung unterscheidet. Die Kategorie des Sinns oder der Bedeutung lässt sich nicht auf die Kategorie des Seins reduzieren.“ (Cassirer, S. 297; Lit.Nr.12)

Aromakunde bedeutet

- a) Ein generelles Kundig-Sein (des Aromakunde-Praktizierenden) von Wirk-Eigenart, biochemischem Aufbau und angemessener Anwendungs- und Dosierungsweise von ÄÖ im naturwissenschaftlichen Sinn einer objektiven Vorgehensweise (wie aufgezeigt);
- b) Ein zur-Kennntnis-Nehmen bzw. Wahr- und Ernstnehmen (seitens des Praktizierenden), was individuell beim Klienten durch die ÄÖ-Anwendung geschieht und durch ihn geschildert wird. (siehe Berichte)
- c) Eine subjektive Ich-Erkenntnis des symbolischen Sinn-Gehalts der ÄÖ-Wirkung im Bezug auf das eigene Leben durch den Klienten. (siehe Ergebnisse/Grafiken). Dies entspricht einem geisteswissenschaftlichen Menschenverständnis von der Bedeutung des Ichs eines Menschen (Steiner, Wesensglieder, in Karl, C., S.239; Lit.Nr. 8) und der Hochwertigkeit des Einzelfalls, wie sie die CBM beschreibt (nach Kiene, Lit.Nr. 9).

Annäherung von Geistes- und Naturwissenschaft?

Aromakunde dient einer verdichtenden Kenntnisaufnahme eines Natur-Erkenntnismittels, wie hier ÄÖ beschrieben wurden.

Und Aromakunde ist als eine Erkenntnis-Methode zu sehen, die mit Hilfe von symbolischen Bedeutungen reales Leben begreifbar machen hilft.

„Die Beschreibung der Wirkung ätherischer Öle beschränkt sich natürlich auf die Auffassungsmöglichkeit, die wir vom Leben haben. Eine Aussage oder Beschreibung darüber ist noch unvollständiger. Und so sind die Eindrücke, die wir von den ätherischen Ölen empfangen können, sehr viel subtiler und komplexer, als wir sie zum Ausdruck bringen können. Da wir aber, auch ohne Öle, lernen müssen, unsere subtilen Empfindungen oder Erkenntnisse in unserem Bewusstsein zu integrieren, geben sie uns beispielhafte Gelegenheiten dazu.“ (Büchli, H., Lit.Nr. 3)

Insofern ist Aromakunde, wie in dieser Arbeit beschrieben, eine Erkenntnis-Hilfe, erhebt dabei nicht den Anspruch einer Therapie-Methode im konventionellen Sinne einer Problem- oder Krankheitsbekämpfung. Sie ist Teil eines künstlerischen Schaffens und dient einem schöpferischen Dasein, aus Sicht des Autors der höchsten Stufe von Gesundheit des Menschen.

Doch selbst im Therapie-Kontext kann man aus dieser Studie heraus vermuten, dass **die unerlöste Variante therapeutische Hinweise liefert**, in welcher Verfassung eines Menschen ein ÄÖ hilfreich wirksam und ein Notwendiges Heilmittel sein könnte (siehe oben Zusammenfassung A.C.):

Gerade die in der Aromakunde als ‚unerlöst‘ benannten Aspekte (Indikationen) weisen auf vom Patienten unerkannte pathogenetische Aspekte seiner Persönlichkeit hin. Hier gilt es noch weiter zu forschen.

Der Autor schlägt aus eigenen Beobachtungen folgende natur- wie geisteswissenschaftlich zu prüfende Annahmen vor:

- A) Die in Kap. 2.6 beschriebenen Zusammenhänge zwischen den physiologischen Wirkungen der biochemischen Inhaltsstoffe von ÄÖ zu ihren Symbol-Entsprechungen gilt es forschend weiter zu belegen und zu vertiefen. Das würde eine sehr effektive Brückenaufgabe zwischen den beiden wissenschaftlichen Ansätzen ergeben.
- B) Ein ÄÖ kann uns genau an jenen ‚wunden‘ (pathogenen) Punkten, kritischen Fragen und Problemen heilsam erreichen, die wir (noch) nicht (er-) lösen konnten, weil wir sie vielleicht als zu schwierig oder zu schmerzhaft empfanden. Dann haben wir sie als bisher Unbearbeitetes zwischengelagert. Das ÄÖ kann nun Dreierlei bewirken:
 - Es fördert unsere Erinnerung an jene Gaben in uns, die wir zur Klärung des Unbearbeiteten brauchen, und mobilisiert diese Gaben.
 - Solche Klärungsprozesse gehen meist einher mit Widerständen und Ausscheidungen des Widerstehenden: es tut kurze Zeit nochmals weh, dann fließen die Schwierigkeiten aus – die körperlichen Ausscheidungsorgane werden aktiv. Das kann anstrengend und über einige Zeit mühsam sein.
 - Nun haben wir (wieder) jene Gaben frei, erlöst, zur Verfügung, die wir zur Krisenüberwindung benötigen; übrigens nicht nur für Vergangenes, sondern auch für vergleichbare Krisenlagen in Gegenwart und Zukunft. Es stellt sich ein Gefühl von Erleichterung und Erweiterung unserer Möglichkeiten ein. Eigentlich hat der Impuls des ÄÖ ‚nur‘, und immerhin, die unerlöste Gabe freigesetzt. Sie wird nun dem Menschen selbst bewusst.

„Dadurch, daß der Mensch die Egoität überwindet, kommt er über die Stimmung des Bedrückt- und Gelähmtseins hinweg. In diesem Phänomen kann man etwas sehen, was gut ist: Kraft aus der Unzulänglichkeit. Gott sei Dank, dass ich durch eine unzulängliche Tat, das heißt deren Mißerfolg, ermutigt werde, weiter zu handeln! Das Menschenstreben ist kein unbestimmtes Glückslos. Unerlöst bleibt nur der, dessen freier Wille sich abwendet von der Bestimmung des Menschenwesens. In der Synthese des Weltenprozesses ist das Leid ein Faktor.“ (R.Steiner, GA 110, S 182f; Lit.Nr.14)

Zu einer intensiven und kreativen Forschung in solche Richtung will diese Arbeit anregen!

Dem Autor vorliegende weitere Ölprüfungen über ca. 150 ÄÖ können hierfür ein Grundlagenangebot bilden.

Der Wunsch des Autors besteht darin, naturwissenschaftlich orientierte (Aroma-)Therapeuten, Psychotherapeuten, Homöopathen, ganzheitlich orientierte Ärzte u.a. einzuladen zu geisteswissenschaftlicher Erkenntnissuche. Denn erst beide Ansätze bringen die beglückende Arbeit mit den ätherischen Ölen zu ihrer Erfüllung.

6. ANHANG

- Berichte der Probandinnen im Wortlaut

Interview-Bericht von Andrea C., stationsleitende Krankenschwester:

Interview-Ergebnis-Bericht im Tagebuch-Stil:

„So ein seltenes, kostbares Öl?“> Ich habe ein Gefühl des Respekts

Am 22.12. hatte ich Oud als Geschenk erhalten (in Jojoba verdünnt), frisch aus Kambodscha> 1x kurz geschnuppert: unangenehm, ledrig, gummiartig

Mein erster Gedanke: ich möchte die Ölprüfung jetzt in den Rauh Nächten machen, auf jeden Fall am 31.12. Grund: Vollmond abends! Das Öl hat für mich spontan Verbindungen zum Mond und zur Nacht. Außerdem das Gefühl, etwas (das alte Jahr) abzuschließen und neu zu beginnen...

Am 25.12. machte ich aus Neugierde und zur Probe-Einstimmung bei Tageslicht 10 min eine Chakrameditation bei verschlossener Flasche:

> Wurzel, Solar Plexus, Drittes Auge wurden sofort heiß, Hals, Bauch und Hände warm, Herz und Thymus „unruhig“: es war ein Gefühl von wellenförmigen Schwingungen, die aber nicht kongruent sind, gehen sie von mir aus? Kommen sie zu mir? Unruhe...

Seitdem habe ich leichte Herzrhythmusstörungen, Hustenreiz.

31.12. > Reinigungsbad, ab 19.30 Meditation mit Reiki und geöffneter Flasche das sind zwei Wirkfaktoren, die einander beeinflussen, die man schwerlich auseinanderhalten kann

> In der Meditation kam mir das Bild: Dunkelheit, nachtblauer Himmel, schwarze, kahle Äste sind gerade noch erkennbar, ein schwarzer Kreis zieht am Horizont mehrmals in der falschen Himmelsrichtung. Dann war das vorbei, ein Gesicht taucht sehr kurz schemenhaft auf: Tier? Löwe? Bär?

> Geruch wirkt weiter auf mich ledrig, eher modrig als gummiartig, nicht angenehm...

> Ich liege noch einige Zeit auf dem Sofa mit geöffneten Augen und schaue zum Mond, der tatsächlich in diesem Moment durch die Wolken hervorschaut, insgesamt ein Gefühl der „stillen Zufriedenheit“, keine Vorausschau auf das kommende Jahr möglich.

Anfang Januar: Ölflasche steht verschlossen auf meinem Nachttisch:

> Habe Durchschlafstörungen, werde häufig wach, Träume sind unschön, es geht um das Gefühl von Verletztwerden, nicht ernst genommen werden, nach einigen Nächten Öl „verbannt“.

30.01. nächster Vollmond, ich bin seit 12 Tagen krank, räuchere außerdem mit Oud
 > Geruch weiterhin ledrig, Gummi, mit einem Anteil „Sumpf“, kein gutes Gefühl dabei
 > Meditation geht nicht, bin unruhig, kann mich nicht auf Ruhe einlassen
 > liege gegen ca. 17.30 Uhr wieder auf dem Sofa und erlebe genau die Farbstimmung am Himmel von meiner Silvester-Meditation,
 > bade hinterher in Oud,
 > liege im Bett und habe das Gefühl von kochendheissem Solar Plexus,
 > nachts Traum: möchte eine Wohnung verbrennen, traue mich dann aber doch nicht...
 01.02.-05.02. trage verschlossene Flasche im Dienstkittel > das waren schlimme, arbeitsreiche Dienste, hatte oft das Gefühl, nicht mehr „Herr der Lage“ zu sein, gerade in Kritikgesprächen über zukünftige Entscheidungen in Sachen Personal, Stationsorganisation, fühle mich verzweifelt, missverstanden, hilflos, übervorteilt...
 Bronchitis weicht nur langsam zurück...
 Ich war dann im Urlaub, Ölflasche hatte ich im Kittel vergessen > Hatte ich an meinem Arbeitsplatz meine Aufgabe noch nicht erledigt...?
 Am 10.02. fällt mir auf:
 - nicht ich, aber meine Arbeitskolleginnen haben zur Zeit sehr viel mit schwersten Erkrankungen ihrer Familienangehörigen zu tun.
 - ich habe zweimal in dieser Zeit (27.12. und 28.01) ein sehr unheimliches, bedrohliches Erlebnis beim Autofahren gehabt, zweimal Angst vor Kontrollverlust auf kilometerlangen vereisten Straßen, hinterher war ich jedes Mal fix und fertig, hatte fast Todesangst, obwohl ich sonst immer gern bei Schnee und Eis Auto gefahren bin.
 - insgesamt habe ich das Gefühl, dass ich die ganzen Wochen sehr schnell an den Rand meiner Kraft komme> keine Reserve (Lebenskraft?)mehr.
 -2 Assoziationen: Gedicht Mascha Kalekó: ‚Den eig’nen Tod, den stirbt man nur, mit dem Tod der anderen muss man leben.‘
 und ein Zitat aus dem Anfangsgedicht aus dem ‚Herrn der Ringe‘...im Lande Mordor, wo die Schatten drohen...
 -habe auch in diesen Wochen das erste Mal seit langer Zeit mal wieder an das Tibetische Totenbuch gedacht, weiß aber nicht mehr, in welchem Zusammenhang...
 Rückblick 6 Wochen später:
 Während und nach der intensiven Prüfzeit berichten mir so häufig wie noch nie viele Kolleginnen von Sterbe- und Beerdigungserfahrungen mit Angehörigen oder Freunden von ihnen.
 Mein Verhältnis zum eigenen Sterben und Tod ist mir selbstverständlicher geworden.

Interview-Bericht von Petra K.: Physiotherapeutin in einer Klinik:

Meine erste Begegnung mit dem so wertvollen Adlerholz-Öl war in einer Abend-Meditation. Noch bevor mir das Ölfläschchen gegenüber stand, fing ich zu weinen an. Den ganzen Tag spürte ich zuvor schon eine innere Unruhe.

Meinem ersten Gedanken: ‚Licht aus‘, folgten körperliche Reaktionen in heftigster Form, wie ich sie bei einem Öl noch nie erlebt hatte: Mein Rücken schmerzte derartig, dass ich das Gefühl hatte, mich nicht mehr aufrecht halten zu können. Ich krümmte mich, konnte kaum noch sitzen, und fühlte eine unglaubliche Angst, eine Todesangst. Ich hatte das Gefühl, immer weniger zu werden, mich langsam aufzulösen.

Einige Tage später fiel mein Blick auf einen Kalenderspruch: ‚Ich bin nicht tot und tausche nur die Räume. Ich leb in Euch und begleite Eure Träume.‘ (Michelangelo) Mir kommen Tränen. Adlerholz in der Hosentasche, kommen mir Bilder wie aus einem vergangenen Leben, ich sah mich als mächtige

Frau, stolz und hochmütig, unnahbar, die zusah, wie ihr Kind in einem Feuer verbrannte. Sie hätte es verhindern können, Stolz und Angst, selbst zu Grunde zu gehen, haben das verhindert.

Auf der Arbeit bin ich in dieser Zeit oft unkonzentriert, es ist, wie nicht von dieser Welt zu sein. Es ist mir, als ob ich mit anderen Welten verbunden bin, die mit unserem irdischen Leben nichts zu tun haben. Mir fällt ein Lied von Xavier Naidoo ‚sie ist nicht von dieser Welt‘ in diesen Tagen ein.

Bei einer Atemmeditation und Yoga mit Adlerholz habe ich einen Raum in mir kennengelernt, zu dem ich zuvor noch keinen Zugang hatte. Einen Raum, in dem eine unendliche Ruhe, ein unendlicher Frieden herrscht, eine Kraftquelle, die mir bisher verborgen geblieben war. Etwas in mir, zu dem nur ich und niemand anderer einen Zugang finden kann, eine Quelle unendlicher Kraft und Energie, etwas nicht Zerstörbares, etwas, das mein jetziges Leben überdauern wird, wie auch immer. Ein göttlicher Zustand, den ich erfahren durfte dank Adlerholz.

In der Meditation spürte ich meinen Körper nicht mehr, die üblichen Schmerzen, die ich sonst in der mir unbequemen Sitzhaltung verspürte, waren wie weggeblasen; ich hatte Zugang zu meinem Innersten, sah unglaubliche Farben, war tief in mir und doch nicht in meinem Körper.

Auch in der Reflektorischen Atemtherapie mit Adlerholz hatte ich das Gefühl, meinen Körper nicht mehr zu spüren, alles begann zu fließen, ich kam in Kontakt zu einem inneren Raum, der mich weiter werden lässt, der mir die Angst nimmt, vor dem, was kommt, was es auch immer sei, es wird kommen und ich werde die Kraft haben, es zu bewältigen.

An meinem Arbeitsplatz kommt durch viele Patienten so oft wie nie in 20 Jahren zuvor die Rede auf das Thema des Sterbens. Ohne sie dahingehend angefragt zu haben, erzählen mir 3 Patienten in kurzen Abständen von ihren Angehörigen-Verlusten.

Mit dem Thema ‚Wiederverkörperung und Karma‘ habe ich mich selbst zuvor noch nie so interessiert befasst, ebenso mit dem Sterben und dem Tod. Dadurch, dass ich in der Ölprüfzeit wesentlich gelassener diesem Thema gegenüber geworden bin, ist eine Folge, dass ich nun, anders als zuvor, gerne leben will! Das macht sich sogar in meinem Verhältnis zu meinen Arbeitskollegen bemerkbar: ich bin weniger von der Anerkennung durch Andere abhängig, weniger bei Konflikten persönlich betroffen, trete klarer auf.

7. QUELLENVERZEICHNIS

1. Antonovsky, Aaron, Salutogenese, Zur Entmystifizierung der Gesundheit, dgvt, Tübingen 1997
2. Bortoft, Henri , Goethes naturwissenschaftliche Methode, Verlag Freies Geistesleben, 1995
3. Büchli, Heinz, Die Neue Aromatherapie, La Sage, 2000
4. Goethe, J.W.v. , Maximen u. Reflexionen, Nr. 509, HA Bd.12
5. Kohlert, Claudia, Dissertation Ätherische Öle, Würzburg 2001
6. Köhler, Gerhard, Lehrbuch d. Homöopathie, Bd.1, Stuttgart 1984
7. Köttig-Völzke, narrative Gesprächsführung, Workshop Uni Göttingen, 2004
8. Karl, Christian ‚Handbuch zum Werk Rudolf Steiners, 2.elektronische Auflage, 2007-2010
9. Kiene, Helmut, Komplementäre Methodenlehre der Klinischen Forschung, Cognition-based-medicine, Springer, Berlin 2001
10. Meyer-Tasch, Peter Cornelius, Die Zeichen der Natur, Natur-Symbolik und Ganzheitserfahrung, Frankfurt, 1998
11. Price, Shirley und Len, Aromatherapie, Praxishandbuch für Pflege- und Gesundheitsberufe, hrsg. V. J. Trott-Tschepe, 2.Auflage, Bern, 2009.
12. Cassirer, Ernst, Versuch über den Menschen, Hamburg, 2007
13. Steflitsch, Michaela u. Wolfgang, Aromatherapie, Wissenschaft-Klinik-Praxis, Wien, 2007
14. Steiner, Rudolf, GA; Verzeichnis der Rudolf Steiner Gesamtausgabe, Nachlassverwaltung Dornach, Schweiz

15. Trott-Tschepe, Jürgen, Aromakunde, Kunst der Wahrnehmung, Bd.3, Bad Honnef, 2007
16. Trott-Tschepe, Jürgen, Lehrordner Lebendige Aromakunde, Berlin, 2006,
17. Wabner, Dietrich, u.a. (Hrsg.) Aromatherapie. Grundlagen, Wirkprinzipien, Praxis; Elsevier, München, 2008,
18. Werner, Monika/Braunschweig, Ruth v., Praxis Aromatherapie, Grundlagen - Steckbriefe – Indikationen, Heidelberg, 2006
19. Zimmermann, Eliane, Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe: Kursbuch für Ausbildung und Praxis, Stuttgart 2001
20. Zeitschrift FORUM ESSENZIA, München, Ausgabe 2006

INTERNET-Zitate:

21. Zimmermann, Eliane, <http://aroma-therapie.blogspot.com/search/label/Holz-Öl>
22. www.AnthroWiki.de
23. Publikation BUA – Stoffberichte 39. Naphthalin. Wiley/VCH, Weinh. (1989) in:
<http://de.wikipedia.org/wiki/Naphthalin>

LITERATURQUELLEN,

die diese Arbeit inspirierten, aber nicht zitiert wurden:

23. Faivre, Antoine, Esoterik im Überblick, Herder, Freiburg 2000
24. Lexikon der Symbole, Wiesbaden, 1984
25. Petzold, Theodor, Salutogenese, München, 2010
26. Psyhyrembel, Klinisches Wörterbuch, Pflege, Berlin, 2007
27. Trott-Tschepe, J., Aromakunde, Kunst symbolischer Wahrnehmung, Bd.4, 2010
28. Trott-Tschepe, J., Essenzen meines Lebens, Bad Honnef, 2008