

# Aromapraxis Aktuell

Das Online-Magazin für Aromatherapie · Herausgeber AiDA Aromatherapy International

Ausgabe 25 • Sommer 2009

## In dieser Ausgabe:

Neue Medien bei AiDA \_\_\_\_\_ 2

Mehr Absicherung bei Aromapflege-Berufen \_\_\_\_\_ 3

Neue Bücher \_\_\_\_\_ 5

Bayöl für besseren Haarwuchs \_\_\_ 6

Duft-Reise nach Südwest-Irland:  
Seltene Duftpflanzen und wissenschaftliche Studien \_\_\_\_\_ 7

SOS und Liebesgeflüster in der Pflanzenwelt \_\_\_\_\_ 9

Der Gattefossé-Mythos \_\_\_\_\_ 11

Termine rund um Düfte \_\_\_\_\_ 12

**Hinweis:** Alle Inhalte dieses Online-Magazins unterliegen dem Urheberrecht. Sie dürfen für rein private Zwecke weitergegeben werden. Jede gewerbliche Nutzung oder publizistische Verwertung von Beiträgen oder Teilen bedarf der ausdrücklichen Genehmigung von AiDA Aromatherapy International.

Verantwortlich für den Inhalt: Eliane Zimmermann AiDA Aromatherapy International © AiDA 2009

# Aromapflege und -therapie hochkarätig

Seit dem letzten **Aroma Aktuell Online-Magazin** hat sich viel verändert

Einige von Ihnen haben sich gewundert, wo AROMAPRAXIS AKTUELL bleibt. Seit der letzten Ausgabe hat ein moderneres Medium Einzug in das Programm von AiDA gehalten: das erste und umfassendste **Aromatherapie-Blog** (siehe Kasten unten) im deutschsprachigen Raum. Unter <http://aroma-therapie.blogspot.com> finden Interessierte seit November 2008 zweibis fünfmal wöchentlich neue Informationen über ätherische Öle, über die Pflanzen, die uns mit diesen feinen und heilsamen Düften beliefern und auch über unseren Beruf samt politisch-juristischen Hintergründen. Links zu BehandlerInnen und zuverlässigen Ätherische-Öle- und Naturkosmetik-Firmen runden das Angebot ab. Noch ist der Zugang kostenlos, so dass man wie in einem Fernstudium mehrmals pro Woche eine Lektion mit hochkarätiger Bebilderung lernen kann.



ohne begleitende Versorgung mit **Niaouli- und Sanddornöl** für viele Pflegende mittlerweile fast an Körperverletzung, weil durch diese simple Maßnahme unnötige Verbrennungen der gesunden Hautpartien fast hundertprozentig vermieden werden können. Solche und andere einfach umzusetzende Anwendungsbeispiele hat Autorin **Eliane Zimmermann** für das umfassende Kompendium 'Praxishandbuch Palliativpflege und Schmerzmanagement' (Hrsg. Prof. Dr. M. Flieder und Dr. J.-P. Jansen; Forum Gesundheitsmedien) beschrieben.

Es ist nur als ganzes Werk erhältlich bei: <http://www.gesundheitsmedien.de>



In einer britischen Klinik für Palliativpflege ist es mittlerweile fast undenkbar, ohne die kompetente Unterstützung von professionellen AromatherapeutInnen zu arbeiten. Schmerzlindernde und bei den vielen Missbefindlichkeiten von unheilbaren Erkrankungen unterstützende ätherische Öle gehören einfach dazu.

Auch im deutschsprachigen Raum besinnt man sich in den letzten Jahren der Öle, um das Schlimmste bei betroffenen PatientInnen zumindest etwas abzuwenden. Beispielsweise grenzt eine Bestrahlung bei Brustkrebs



Das Fachbuch von Eliane Zimmermann „Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe“ ist nun auch im „Land der aufgehenden Sonne“ Japan zu lesen, da es ins Japanische übersetzt worden ist!

**BLOG** [das Blog, neutrum] ist die Abkürzung von "weblog", und bedeutet soviel wie Internet-Logbuch oder Web-Tagebuch. Man kann sich als Autor ohne eigene Software, von überall und schnell ins Web einloggen und zu aktuellen Themen schreiben="posten". Ein Blog zeichnet sich ferner durch AUSTAUSCH mit seinen LeserInnen aus, es gehört in der Bloggerwelt also sozusagen zum GUTEN TON, nicht nur den Nutzwert zu konsumieren, sondern sich bei seinen BESUCHEN ZU ZEIGEN und etwas ins KOMMENTAREFELD unter dem Eintrag zu schreiben. Man kann Blog-Texte auch abonnieren, dann kommen die automatisch gleich nach Erscheinen per E-Mail zu Ihnen.

# Aromapraktiker/in in Deutschland

*Ein Schritt zu mehr Anerkennung und zur Absicherung bei der Ausübung dieses Berufs*

Seit einiger Zeit wird dem Thema „juristische Absicherung für die Ausübung einer aromaberatenden oder aromapraktischen Tätigkeit“ zunehmend mehr Aufmerksamkeit gewidmet.

Ich hatte bereits mit dem Erscheinen der ersten Auflage meines Fachbuches „Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe“ 1998 auf dieses wichtige Thema in einem eigenen Kapitel aufmerksam gemacht. Und darin sehr klar heraus gearbeitet, dass sich in Deutschland nur AromaTHERAPEUT/IN nennen darf, wer nach § 1 des deutschen Heilpraktikergesetzes (HPG) die Heilpraktikerprüfung abgelegt und bestanden hat. In Österreich gibt es nicht den Beruf des Heilpraktikers (und auch nichts Ähnliches) und die Schweiz hat diesbezüglich für jeden Kanton unterschiedliche Gesetze.

Ich hatte darum bereits Anfang der neunziger Jahre den Begriff **Aromapraktikerin** und **Aromapraxis** erfunden; diese Wörter gab es vorher nicht! Den Impuls dazu hatte ich nach meiner amerikanischen Fortbildung zum NLP-Practitioner (bei Mitbegründer Richard Bandler). Ich wollte den Begriff einer „praktischen Tätigkeit“ ins Deutsche zu übersetzen und mit dem Bestandteil „Aroma“ zu kombinieren, um der Ausbildung, die ich seit 1992 anbiete und die ich kontinuierlich weiter entwickle, einen eigenen Namen zu geben. Dennoch wollte ich eine Assoziation an das vertrautere Wort

Aromatherapeut/in zulassen. So wurde das Berufsbild Aromapraktiker/in geboren. Mit diesem neuen Namen sollte auf jeden Fall der Eindruck vermieden werden, dass Menschen, die sich Aromapraktikerin nennen, irgendwie heilend oder therapeutisch tätig wären. Man darf sich zwar nach wie vor in Deutschland Aromatherapeut nennen – diese Berufsbezeichnung ist nicht geschützt – doch man darf eben nicht therapieren, wenn man nicht nach dem HPG dazu befugt ist.

**Aromapraxis AiDA** (da meine Wortfindung inzwischen reichlich kopiert wird kam der Institutsname dazu) bezeichnet eine beratende und ggfs. auch massierende Tätigkeit mit natürlichen hochwertigen ätherischen Ölen für grundsätzlich gesunde Menschen. Das wird in jeder Ausbildung ausführlich diskutiert.

Die Kundin oder Klientin kann bei einem fundierten Gespräch mit der gründlich ausgebildeten Aromapraktikerin lernen, welche Öle ihr in ihrer augenblicklichen Lebenssituation weiter helfen könnten. Möglicherweise kann sie mit Hilfe der Erfahrung der Aromapraktikerin auch Öle finden, die ihre immer wieder vorkommenden „Wehwehchen“, wegen derer sie jedoch nicht zum Arzt oder Heilpraktiker gehen würde, regulieren können. So dass sie wieder zu mehr Wohlbefinden, zu mehr Lebensfreude und zu mehr Vitalität finden kann. Und dass Krankheit – so gut es eben geht – vermieden werden kann.

Die Klientin könnte beispielsweise wegen lästiger Haut-



**EINMALIGES ANGEBOT!**

Ohne eine komplette Ausbildung bei der BfG machen zu müssen, können Aromapraktiker/innen (und AbsolventInnen ähnliche Ausbildungen mit ätherischen Ölen) vom **20.-22. November 2009** bei der DGAM einen Dreitage-Kurs in Greiz/Thüringen einmalig und zu Sonderkonditionen belegen, um in den Genuss aller Vorzüge des Berufsverbandes zu kommen und um damit ihren/seinen Berufsstatus auf noch solidere juristische Füße zu stellen. Der Jahresbeitrag beträgt 92,00 €uro und einmalig eine Aufnahmegebühr von 25,00 €uro. Dieser BfG-Beitrag schließt die Mitgliedschaft in der DGAM ein. Weitere Informationen bei Martina und Peter Högger (Regionalstelle Vogtland DGAM), Irchwitzstrasse 18, D-07937 Greiz, Telefon (03661) 458956, vogtland@dgam.de Das Ausschreibungspapier liegt zum runterladen auf der AiDA-Website:

- <http://www.aromapraxis.de/aromatherapie/aromatherapie/page103.html>
- Infos zur DGAM: <http://www.dgam.de>

### Fortsetzung Anerkennung & Absicherung

rötungen, die immer bei Stress auftauchen, Beratungsbedarf haben, oder wegen Verspannungen bei ungeklärten beruflichen Situationen. Auch Verzweiflungsgefühlen bei Leistungsdruck, Überforderung und Müdigkeit bei familiären Konstellationen und vieles andere mehr, das weder Arzt noch Heilpraktiker als „Krankheit“ bezeichnen würden, können Gegenstand einer aromapraktischen Konsultation sein. Wie gesagt, die Ratsuchenden sind grundsätzlich gesund und leiden nicht aktuell an den geschilderten Störungen. Vielmehr es handelt sich um manchmal kleine aber weit reichende Störungen des inneren Gleichgewichtes der betreffenden Person. Und diese können oft hervorragend mit ätherischen Ölen reguliert werden.

Im Extremfall ist auch eine wellnessartige Wohlfühl-Begleitung von chronisch kranken Menschen denkbar, die sich nicht wegen ihrer Krankheit an die Aromapraktikerin wenden. Sie sehnen sich nach mehr Lebensqualität und möchten ggfs. die ihnen noch verbleibende Lebenszeit so würdevoll und schmerzlos wie möglich verbringen dürfen. Aromapraktikerinnen arbeiten in solchen Fällen bereits Hand in Hand mit Hausärzten, Physiotherapeuten und Hospizbetreuern zusammen, eine aromapraktische Behandlung ersetzt also niemals medizinische Hilfe.

Eine der beliebtesten Anwendungsformen der ganzheitlichen Aromapraxis sind wohltuende und entspannende Massagen – diese dürfen in Deutschland auch von nicht-medizinischen Masseuren ausgeübt werden – oder durch Tipps und Rezeptvorschläge für effektive Anwendungen zu Hause. Dieser freiberufliche Tätigkeitsbereich ist in Deutschland eindeutig erlaubt. Vorausgesetzt, man meldet ein Gewerbe an, zahlt alle erforderlichen Steuern und erfüllt lokale Vorschriften, die das Ordnungs- oder Gesundheitsamt eventuell einfordert. Und vorausgesetzt, dass man die Grenzen zwischen Wohlfühlbehandlung und Therapiebehandlung kennt und achtet.

All das stelle ich in meinen Ausbildungslehrgängen immer klar und empfehle zusätzlich zur Ausbildung bei mir eine Erlangung oder Auffrischung von Erste-Hilfe-Kenntnissen sowie eine passende Haftpflichtversicherung. Falls der Schwerpunkt meiner Kursteilnehmer/innen im verkaufenden Bereich liegt, empfehle ich zudem das Ablegen der Prüfung für den Verkauf von freiverkäuflichen Arzneimitteln bei der lokalen Handelskammer, wie ich sie 1991 selbst abgelegt habe.

In Österreich ist die Regelung zum Thema Wohlfühl-Massage am gesunden Menschen nicht ganz eindeutig, der Energethiker-Schein ermöglicht zumindest einige massageartige Behandlungen.

Weil trotz meiner Ausführungen immer wieder Unsicherheit herrscht und auch geschürt wird, verweise ich in diesem Zusammenhang seit vielen Jahren auch auf Recherchen, welche im Zusammenhang mit einer vergleichbaren Ausbildung, die in Deutschland angeboten wird, von Kali S. von Kalkreuth und Frank Boaz Leder, welche sie auf der Website ihres Institutes [http://www.touchlife.de/oft\\_gestellte\\_fragen/126](http://www.touchlife.de/oft_gestellte_fragen/126) erläutern (mit deren Genehmigung).

Bei der Suche nach seriösen Ausbildungsmöglichkeiten wird Interessentinnen leider oft suggeriert, dass die freiberufliche Arbeit als Aroma-Expertin oder als Aromapraktikerin (oder mit ähnlichen Titeln) illegal sei. Um dieses Missverständnis für Nicht-Heilpraktiker aus der Welt zu schaffen haben bereits zwei Kollegen – **Soham To-pham** aus Köln und **Jürgen Trott-Tschepe** aus Berlin – vor einigen Jahren eine Zusammenarbeit mit dem BfG (Berufsverband der Gesundheitspraktiker) besiegelt.

Dieser Verband ist der bisher einzige Berufsverband in Deutschland, der methodenübergreifend ein einheitliches Berufsbild für das Feld der **Gesundheitspraxis** vertritt. Er gehört zur **DGAM**, das ist die Deutsche Gesellschaft für Alternative Medizin – der Dachverband für Heilkunst und Gesundheitskultur.

Der BfG bietet verschieden gelagerte Lehrgänge zum Gesundheitspraktiker BfG an, immer mit dem Schwerpunkt einer oder mehrerer Methoden zum „Verkauf“ von Entspannung und Vitalität. Das können beispielsweise unterschiedliche Entspannungstechniken sein, Anleitungen zum stresslindernden Atmen, Beratungen über

Fortsetzung Anerkennung & Absicherung

eine die Lebensqualität verbessernde Anwendung von ätherischen Ölen oder auch gesundheitsstabilisierende Yoga-Übungen sein.

Eine zweite wesentliche Säule des Berufsbildes **Gesundheitspraktiker BfG** ist das Erlangen einer effizienten kommunikativen Kompetenz für eine erfolgreiche Praxis. Denn der Kunde oder Klient kommt mit einem Wunsch nach Entspannung und Vitalität oder auch nach Selbsterfahrung und Bildung in ganzheitlichen Themen zum Gesundheitspraktiker BfG.

Das Benutzen des Titels Gesundheitspraktiker/in BfG und das Beitreten in den BfG verpflichtet zur Einhaltung der

dort geltenden Berufsordnung. Als Mitglied erhält man neben einem Praxis-Stempel vielfältige Supervisionsmöglichkeiten, dazu Literatur und auch eine kostenfreie rechtliche Überprüfung seiner Werbung samt daran gekoppelte Rechtsschutzleistungen. Zudem stärkt eine gemeinsame Verbandsaktivität, um – auch als Aromapertin oder Aromapraktikerin – einen respektierten, anerkannten Beruf zu entwickeln.

Eine ehemalige Kursteilnehmerin von AiDA, die ihre ausschließlich beratende Tätigkeit mit ätherischen Ölen auf eine juristisch solidere Basis stellen wollte, hat nun meine Anfang 2004 begonnenen Aktivitäten in diese Richtung in die Hand genommen und diese Kooperation mit der BfG organisiert.

Eliane Zimmermann

zum lesen

### Fachbuch mit Fundgrube an seriösen Studien

*Akademisch orientiertes Wissen über ätherische Öle*

Wer Prof. Dr. Dr. **Dietrich Wabner** schon einmal in einer seiner (kostenlosen) Vorlesungen in der TU München erleben konnte, weiß dass er ein vehementer Befürworter einer evidenzbasierten Anwendung von hochwertigen ätherischen Ölen ist. So ist es nicht verwunderlich, dass er und seine Co-Autorin Dr. med. **Christiane Beier** eine Fülle von wissenschaftlichen Studien zum Thema zusammengetragen haben. Beispielsweise allein im Abschnitt „antibakterielle Wirkung“ finden wir 23 Studien oder Fallbeschreibungen mit genauen



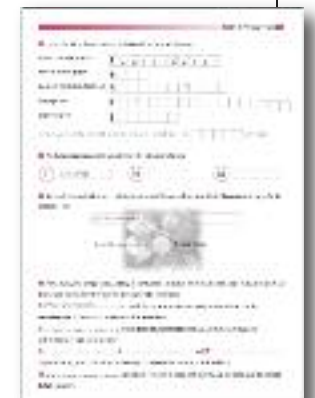
Angaben zum Weiterforschen und Vergleichen. Unter Lavendelöl sind 28 Studien angegeben, bei Orangenöl immerhin zehn. Die lapidare Behauptung von Chefärzten und Pflegedienstleitungen „das ist ja alles nicht belegt“ und die Entschuldigung, keine englischsprachigen Studien lesen zu können, gilt seit Erscheinen dieses 582-seitigen Fachbuches im vergangenen Herbst nicht mehr! Informationen zu seinen Vorlesungen und Seminaren: <http://www.nora-international.de>



### Arbeits- und Malbuch zum Kursbuch Aromatherapie

*Spielerisch lateinische Namen, Chemie und andere vermeintliche Hürden meistern*

Das Fachbuch 'Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe' hat sich seit über 10 Jahren als Standardwerk zum gesundheitsfördernden Einsatz von ätherischen Ölen etabliert. Es ist dicht gepackt mit Informationen, die für den verantwortungsvollen Einsatz der Öle nötig sind. Doch wie arbeitet man sich effektiv durch so ein Kompendium? Als lernfreundliche Begleitung zum besseren Merken all dieser Fakten hat Autorin **Eliane Zimmermann** ein ergänzendes Arbeitsbuch entwickelt, das **Anfang 2010** im Sonntag Verlag erscheinen wird. Auf 50 zweifarbigen A4-Seiten werden die wichtigsten Themen in spielerischer Form – beispielsweise mit Hilfe von Silben- und Kreuzworträtseln – abgefragt, gefolgt von ebenso vielen Seiten mit den korrekten Antworten. Dieses Arbeitsbuch wird eine wertvolle Unterstützung beim Erarbeiten der Inhalte einer jeden Aromatherapie-Fortbildung sein.



**Verein**

Ein neuer Verein hat sich im Herbst 2008 formiert und lädt neue Mitglieder ein, sich am Kampf zum Erhalt der ätherischen Öle für die Gesundheitspflege zu beteiligen. **AROMA-FORUM INTERNATIONAL** steht für:

- Die länderübergreifende Förderung, Verbreitung und Schutz von Traditionen und Naturwissenschaften im Bereich der Aromatherapie, Aromapflege und Aromakultur.
- Die Erhaltung und Förderung des körperlichen, seelischen und sozialen Wohlbefindens, die Selbstverantwortung des Einzelnen zur aktiven Gesundheitsvorsorge und -pflege werden nachhaltig unterstützt, entwickelt und praktiziert.



Kostengünstige Fortbildungen im Bereich der ätherischen Öle durch hochkarätige DozentInnen und FachbuchautorInnen sowie eine noch stärkere Etablierung der Aromapflege in Kliniken und Pflegeheimen gehören zu den wichtigen Zielen des Vereines, dem die erfahrene und engagierte Pflegedirektorin und Aromaexpertin Maria Hoch (Klinik Augustinum) vorsteht.

Informationen bei: [www.aroma-forum-international.de](http://www.aroma-forum-international.de) und [info@aroma-forum-international.de](mailto:info@aroma-forum-international.de)

**Bay · Piment**

**Bay, *Pimenta racemosa* (Mill.) J. W. Moore  
Piment, *Pimenta dioica* (L.) Merr.**

Das Haarwuchs-Öl.

Pflanzenteile: Früchte und Blätter  
Pflanzenfamilie Myrtengewächse, Myrtaceae  
Herstellung: Wasserdampfdestillation  
Haltbarkeit: 5 Jahre  
Verträglichkeit: stark verdünnen!  
Herkunftsort: Jamaika und Indonesien

Denke ich an Jamaika steigt der Duft des dort allgegenwärtigen Bay Rum Trees, des Westindischen Lorbeerbaumes, in meine Nase. Wenn man die dunkelgrünen, glänzenden Blätter zerdrückt, duften sie stark nach Nelke und Pfeffer. Die landestypische Küche des heißen karibischen Inselstaates wird mit diesem Gewürz verfeinert, was neben dem köstlichen Aroma die nützliche Nebenwirkung hat, dass sich unerwünschte Mikroorganismen weder im Essen noch im Magen beliebig ausbreiten können.

Der Baum, der mit Eukalyptus, Myrte und Teebaum verwandt ist, wird in freier Natur knapp 30 Meter hoch, doch in den zahlreichen Plantagen hält man ihn zwecks der leichteren Ernte auf etwa 4 Metern. Der nahe Verwandte Piment-Baum liefert das in der englischen Küche beliebte Allspice-Gewürz, das sind pfefferkornartige Früchte, die zu Nelken- und Pfefferaroma noch Anklänge von Muskat und Zimt in sich bergen.



Deren ähnlich wie Nelke duftendes Öl wirkt stark antibakteriell und antiviral durch seinen Hauptbestandteil Eugenol. Die Anwendungsgebiete sind bei beiden Ölen ähnlich, vor allem bei Infektionen im Mundraum (Zahnfleisch, Zahnschmerzen, Mandelentzündung), sie wirken stark schmerzstillend, ja betäubend und greifen die Schleimhäute an, wobei Bayöl etwas weniger reizend ist, da es meistens einen deutlich geringeren Anteil an Eugenol enthält. Wegen der durchblutungsfördernden und keimtötenden Eigenschaften ist „Bay-Rum“, mit Baybeeren destillierter Rum, in Jamaika das Allheilmittel gegen allerlei Wehwechen, vor allem wird es als Rasierwasser eingesetzt und als Haarwasser bei Haarausfall und Kopfhautproblemen.

**Haarwasser Wuschelpeter**

- 40 ml Gin oder Wodka
- 10 ml Rosmarin- oder Rosenhydrolat verschütteln mit
- 10 Tropfen Atlaszedernöl
- 6 Tropfen Bayöl
- 6 Tropfen Rosmarinöl
- 4 Tropfen Lavandinöl
- 4 Tropfen Ylang Ylang-Öl

Die abgebildeten 12 ml Pimentöl entstanden bei einer Wasserdampfdestillation im Rahmen des Botanik-Kurses im Mai 2009 bei AiDA in Irland. Es wurden 2 Kilo der zerkleinerten Pimentkörner verwendet.

Studien zur evidenzbasierten Aromatherapie und seltene Duftpflanzen

# Duft-Reise AromaBotanik

**TWO FOR ONE-Angebot  
im September 2009-Kurs**

Eine Person bezahlt, Partner oder FreundIn  
nimmt **kostenlos** an Kurs und Exkursionen teil  
(zuzügl. Anreise und Übernachtung)

## Aromapraxis-Weiterbildung mit Eliane Zimmermann Aroma Lectures und unvergessliche Botanik-Exkursionen rund um die historische Prince-of-Wales-Route

Eine Kombination aus sinnlichem Erleben und Lernen, aus Theorie und Exkursion, aus Aktivität und Entspannung. Dreitägiger Kurs plus Rahmenprogramm mit Wellness, Kultur und Ausflügen. Die urwüchsige Natur an der irischen Südwestküste, wo sich Meer und Berge begegnen, und die vom warmen Golfstrom gehegte Pflanzenvielfalt bieten das ideale Setting für diese Erlebnis-Woche. Die Unterbringung erfolgt – durch AiDA organisiert – in gemütlichen County-Lodges am Meer oder im Grünen. Mehr Informationen:

**www.aromapraxis.de** (unter Duft- und Botanikreisen) und **www.glengarriff.info**  
irlandkurs@aromapraxis.de · per Telefon: (089) 89 623 290

**29. August bis  
5. Sept. 2009  
22. Mai bis  
29. Mai 2010**

In Glengarriff wachsen Duft-Pflanzen, aus denen nur noch äußerst selten ätherische Öle hergestellt werden. Die Sommersaison dauert normalerweise bis Oktober, da der Golfstrom wie eine Heizung auf die benachbarten Regionen wirkt. Man kann viele exotische Pflanzen bestaunen, die man nicht in West-Europa vermuten würde... In der Mitte des Bildes oben sehen Sie die berühmte Blumeninsel **Garinish Island**, auf die der Kurs auch führt, links eine kleine Duftpflanzenauswahl im Zentrum der Insel: Manuka, Mittelmeer-Myrte, Gewürzrinde, Duft-Rhododendron, Lärche, Vanillepudding-Strauch, Dreiblättrige Orange, Mexikanische Orangenblume und andere.



## Anmeldung



- zum Aroma-Botanik-Kurs ..... 2009 ..... in Glengarriff, Irland
- zum Aroma-Botanik-Kurs ..... 2010 ..... in Glengarriff, Irland

Ich bezahle:

- Euro ..... für den Kurs in Irland (Glengarriff)

### Ich zahle

**Überweisung auf  
Konto 33 68 92-608  
BLZ 500 100 60  
Postbank Frankfurt  
Eliane Zimmermann  
IBAN DE28 5001 0060  
0336 8926 08  
BIC PBNKDEFF**

Hiermit melde ich mich **verbindlich** an zum oben angekreuzten Kurs des

Instituts AiDA Aromatherapy International

Vorname ..... Name .....

Straße ..... Hausnummer .....

PLZ, Ort .....

Telefon privat ..... geschäftlich .....

Faxnummer ..... E-Mail .....

Beruf ..... Geburtsdatum .....

Begleitperson(en) .....

Es gelten Eliane Zimmermanns Allgemeine Geschäftsbedingungen.

Datum ..... Unterschrift .....

Bitte diesen Abschnitt per Post oder Fax an uns zurückschicken.

Die Teilnahme ist erst gesichert, wenn der entsprechende Betrag bei uns eingegangen ist.

Übrigens: Für Studenten und Arbeitslose gewähren wir Sonderkonditionen, bei Doppelbuchung (z.B. FreundInnen, KollegInnen) erhalten

Sie einen Bonus.

Wie wurden Sie auf uns aufmerksam?  Buch .....  Artikel in .....

Empfehlung  AiDA-Website  Andere Internet-Site .....  Anzeige in .....



# SOS und Liebesgeflüster

## Wie Pflanzen miteinander und mit Insekten kommunizieren

Seit Mai wird ein erbitterter Kampf unter Botanikern auch in den öffentlichen Medien ausgefochten. Es geht nicht nur um das Wort "Pflanzenneurobiologie" sondern auch um die Konsequenzen, die dahinter stecken. Unter anderem immer wieder die alte Frage: "Sind Pflanzen intelligent?".

**E**inige Forscher vergleichen diverse Zellstrukturen und ihre Reaktionen auf die Umwelt mit den nervlichen Möglichkeiten, die Tier und Mensch zur Verfügung haben. Sie haben nachweisen können, dass in der Pflanze so genannte Aktionspotenziale ausgelöst werden können, bislang laut Lehrmeinung nur möglich bei Kreaturen mit Nervensystem.

Der Forscher Eric Brenner vom Botanischen Garten in New York konnte nachweisen, dass sich diese "Nervennimpulse" über 30 Zentimeter weit innerhalb einer Sonnenblume ausbreiten können. Er ist sich sicher, dass Pflanzen als Gesamtorganismus auf Umweltreize reagieren können, und nicht - wie bislang angenommen - nur in einzelnen voneinander getrennten Bereichen. Er und seine Forschergruppe wollen das Informationsnetzwerk innerhalb von Pflanzen entschlüsseln. Nicht nur er sondern auch einige andere aufgeschlossene Wissenschaftler werden darum für esoterisch oder sonstwie "verwirrt" erklärt: In einem Brief im Fachblatt Trends in Plant Biology (Bd.12, S.135, 2007) drückten kürzlich über dreissig Wissenschaftler - unter anderem David Robinson vom Heidelberger Institut für Pflanzenwissenschaften und Gerhard Thiel von der TU Darmstadt ihre Bedenken und ihre Verärgerung aus.

Die Pflanzenneurobiologen wünschen sich von den Kritikern, dass sie weniger dogmatisch sein sollten. "Der Begriff Plant Neurobiology ist eine Metapher", erläutert Anthony Trewavas, ein Pflanzenneurobiologe der Uni Edinburgh. Auch Frantisek Baluska und Dietmar Volkmann von der Uni Bonn sind der Meinung, dass Metaphern sehr nützlich sein können, denn sie öffnen den menschlichen Geist für erweiterte Denkansätze. Sie wün-

schen sich, dass man auf eine neue Art und Weise über Pflanzen nachdenkt.

Seit zwanzig Jahren untersuchen sie, wie Pflanzen auf Signale aus deren Umwelt reagieren, insbesondere im Wurzelbereich. "Wir wissen, dass Pflanzen unter der Erde intensiv miteinander kommunizieren", sagt Dieter Volkmann. "Sie reden miteinander und auch mit bestimmten Pilzen. Dieses unterirdische Kommunikationsnetz ist mindestens so gross wie das World Wide Web, es ist ein riesiges dynamisches Netz."

"Diese Arbeitsweise unterscheidet sich kaum von einem Gehirn in der Tierwelt", meint Baluska. Im Pflanzenreich gäbe es also eine dem Nervensystem vergleichbare Struktur. Sie hat die gleichen Aufgaben, ist aber ganz anders aufgebaut.

Selbst der sehr viel zurückhaltendere Botaniker Hubert Felle von der Universität Gießen, der seit Jahren elektrische Aktivitäten in pflanzlichen Zellkulturen misst, bestätigt, dass Pflanzen elektrische Signale benutzen, um auf die Außenwelt zu reagieren. Diese Signale befähigen Pflanzen auf Feinde wie Blattläuse oder Raupen mit Abwehrmechanismen zu reagieren.

Besonders spannend ist die Kommunikation der Pflanzen - auch mit Tieren - mit Hilfe von Duftstoffen. Sie sind sozusagen die Buchstaben eines ungeheuer komplexen Alphabets. Wenn beispielsweise bestimmte Raupen Tomatengewächse angreifen, bilden sie einerseits Abwehrstoffe, aber mit dem Duftstoff Methyljasmonat warnen sie gleichzeitig ihre Nachbarpflanzen. Dieser Duftstoff ist in der Parfümindustrie nicht nur bekannt sondern auch äußerst beliebt.

Kiefern "erkennen" den Kleber der gefährlichen Kiefernblattwespe, deren Larven ganze Wälder kahl fressen können, und "rufen" bald nach deren Eiablage eine andere Wespenart, welche die Eier schädigt. Diese "Busch-



trommel" erfolgt mit dem Ätherisch-Öl-Duftstoff trans-beta-Farnesen und nur die "gute" Wespe versteht den "Hilferuf", selbst wenn er aus bis zu zwei Kilometern Entfernung ausgesendet wird.

Ähnlich macht es (naturbelassener) Mais: Wird er von Raupen angefressen, sendet auch er Moleküle aus, welche Schlupfwespen anlocken. Diese legen Eier in die Raupen und die sich daraus entwickelnden Larven fressen die Raupen von innen auf! Nordamerikanischer Mais lockte in guten alten Zeiten noch mit Hilfe von beta-Caryophyllen, das uns von ganz vielen ätherischen Ölen bestens vertraut ist, die für ihn wichtigen Fadenwürmer an. Deren Job ist es nämlich, den für die Maispflanze fatalen Maiswurzelbohrer in Schach zu halten.

Diese Abwehrmechanismen kosten die Pflanze jedoch viel Energie und auch Zeit: Sie wachsen in solchen Abwehrsituationen weniger. Das mag aber die moderne Landwirtschaft gar nicht, alles muss schnellstens und scheinbar effizient vonstatten gehen. Und so werden Pflanzen diese altmodisch anmutenden und wachstumshemmenden Kommunikationmechanismen erstens weg gezüchtet. Zweitens leiden die grünen Wesen erheblichen unter Smog, Ozon und sonstwie verschmutzter Luft, denn ihre "Buschtrommeln" sind auf das saubere Transportmedium Luft und Wind angewiesen. Zudem "schwitzen" Pflanzen als Reaktion auf Sitzstress Isopren aus (ein halbes Monoterpenmolekül), welches stärker als die chemisch-duftenden "Hilferufe" riecht, welche die Nützlinge sowie andere "angesprochene" Pflanzen dann nicht mehr vernehmen können.

Und so kommen kommen unsere grünen Freunde und Freundinnen ohne die kostspielige Unterstützung der



Agrargifte nicht mehr aus. Was diese Industrie natürlich auch hoch erfreut, denn ihre Umsätze können sich sehen lassen: 2007 machte allein ein Agrargift-Riese 5,8 Milliarden Euro Umsatz. Mit dem innovativen Wirkstoff Clothianidin, der in diversen Produkten enthalten ist, setzte man immerhin 600 Millionen Euro um.

Klar, dass einem das energieraubende "Gequatsche" der Pflanzen nur Konkurrenz macht und ausgeknipst werden muss.

Die Hoffnung, dass Pflanzen böse Absichten von geldgierigen Menschen mit ihren eigenen Giftstoffen rächen, habe ich freilich nicht. Auch wenn der Forscher Axel Mithöfer vom Max-Planck-Institut für Chemische Ökologie in Jena aufdecken konnte, dass Limabohnen aus Südamerika auf die raspelnden Kaubewegungen ihrer Feinde, den Baumwollraupen reagieren können. Man baute einen Roboter-Wurm namens MecWorm, der am Bohnenlaub knusperte. Das beeindruckte das Leguminosengewächs nicht die Bohne. Erst das Nachahmen eines ganz bestimmten Kautaktes der gefräßigen Raupe ließ die Pflanze reagieren.

Die Rache der Pflanzen ist subtiler und betrifft leider vor allem die Unschuldigen: Babys und Kinder, deren Immunsystem oft nicht mit den veränderten Strukturen der Pflanzen umgehen kann. Was uns bleibt: Möglichst nur echte und ehrlich zertifizierte Bioware aus der eigenen Region, am besten aus dem eigenen Garten, als LEBENSMITTEL verwenden. Und möglichst auch (nach und nach) der vollständige Verzicht von billig-abstoßendem Agrargiftgiganten-Fraß vom Discounter. Fangen wir heute damit an!

Mehr zum Thema im Buch von **Florianne Koechlin**: [Pflanzenpalaver. Belauschte Geheimnisse der botanischen Welt.](#)

Der Öleforscher **Dr. Keith Shawe** in Schottland ließ seine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – in ziemlich ungeliebter Arbeit – einige hundert Blüten von *Rosa damascena* *trigintipetala* in drei Teile zerschneiden und hat diese Anteile dann mit modernster Headspace Gaschromatographie analysiert.

Der Duft der äußeren Blütenblätter von Rosen besteht aus Rosenalkoholen wie Citronellol, Geraniol und Linalool, diese locken Bienen aus der Ferne an, töten eindringende Keime ab und verscheuchen andere Insekten.

Weiter innen betäubt der „Rosen-Alkohol“ 2-Phenylethanol Bienen & Co., so dass sie eine Weile „festgehalten“ werden.

Ganz in der Mitte der Blüte (Staubgefäße, Pollen) imitieren Citral, Eugenol und Farnesol den Duft eines Bienenstocks, so dass die Bienen sich wohlfühlen und gerne ihren „Job“ des Bestäubens verrichten, dafür kriegen sie die Taschen voll mit Blütenstaub – das ist wichtig für die weitere Bestäubung anderer Rosenblüten.

Shawe, K.G., Essential Oils and Ecological Warfare, the Biological Role of Essential Oils, Proceedings of Aromatherapy Symposium, Essential Oils, Health and Medicine, NORA New York 1995(111-121) · D. Wabner persönliche Mitteilung

## Geschichte · Pioniere

## Die korrekte Version des Gattefossé-Mythos

Immer wieder wird die alte Story von **Maurice Gattefossé** wiedergekaut, dass er seine Hand verbrannte, sie in einem Pott Lavendelöl "löschte" und kühlte, kaum noch Schmerzen empfand und somit die Aromatherapie "wiederentdeckte".

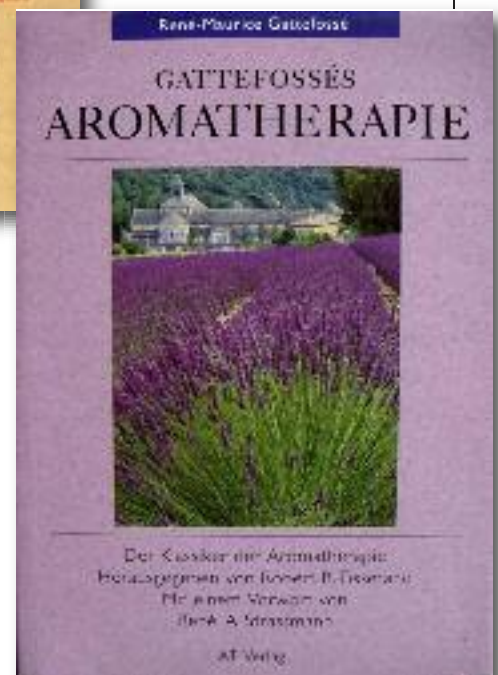
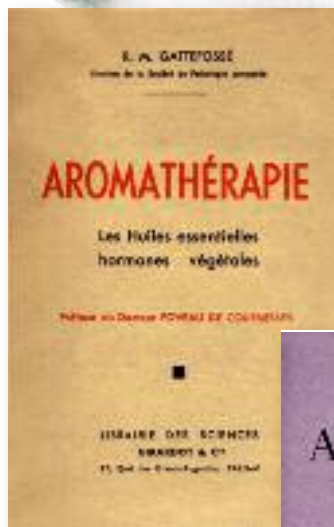
Laut einem der Pioniere der neuzeitlichen Aromatherapie **Robert Tisserand** – er hat immerhin die Übersetzung von Gattefossés französischsprachigem Buch "Aromathérapie" (1937) ins Englische (1993) ausführlich begleitet und kommentiert – verhielt sich die Sache völlig anders. Der genaue Wortlaut ist auf "Tisserand's Space" auf der Webseite seiner ehemaligen Firma nachzulesen. Demnach war Gattefossé, dessen Körper wegen einer Chemikalienexplosion im Jahr 1910 richtig brannte (oder nur die Arme? "after a laboratory explosion covered me with burning substances"), ins Freie gestürzt und hat sich auf einem Rasen gewälzt, um die Flammen zu löschen. Danach entwickelte sich an beiden Händen ein Wundbrand (der durch das Bakterium **Clostridium perfringens** ausgelöst wird – es kommt beispielsweise im Erdboden vor). Seinerzeit verstarben noch ein Viertel der infizierten Menschen an der sich sehr rasch ausbreitenden Gangrän, zumindest war sie ein Grund zur Amputation der befallenen Gliedmaßen in den Kriegen vor dem zweiten Weltkrieg.

Gattefossé vermerkte in seinem Buch, dass "nur eine Spülung mit Lavendelöl" die übliche Gasbildung im Gewebe stoppte, es entwickelte sich sodann ein übermäßiges Schwitzen, doch am nächsten Tag setzte die Heilung ein. Und nur dank des Lavendelöles konnte er weitere Pioniere wie Jean Valnet und Margherite Maury in dieser duftenden Wissenschaft unterrichten, deren Bücher in den siebziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts den Aromatherapie-Boom in Großbritannien auslösten. Aber das ist eine andere Geschichte.

-> [http://www.tisserand.com/roberts\\_space\\_gattefossé.html](http://www.tisserand.com/roberts_space_gattefossé.html)



© Eliane Zimmermann



### Termine mit Eliane Zimmermann

**Fachfortbildung** Aromatherapie für Pflege und Heilberufe in **Göppingen** in 8 Modulen · Eine Kooperation von **aromatelier** Susanne Knöpfle-Joos, dem Arbeitskreis Aromapflege München Monika Volkmann und AiDA Eliane Zimmermann

Modul	Termin
1	02.-04. Juli 2010
2	08.-10. Oktober 2010
3	03.-05. Dez. 2010
4	18.-20. Februar 2011
5	07.-14. Mai 2011 Duftreise Irland
6	08.-10. Juli 2011
7	23.-25. Sept. 2011
8	11.-12. Nov. 2011

Infos: [www.aromatelier.de](http://www.aromatelier.de) und [www.aromapflege-muenchen.de](http://www.aromapflege-muenchen.de)

Start verschoben

### AiDA Aromapraxis-Profiausbildungen 2008/2009

**Rhein-Main-Gebiet** Frühling 2010, Umbauarbeiten am Seminarraum fast abgeschlossen

**Chur** ab 26. März 2010

12 Dreitage-Kurseinheiten nach dem bewährten AiDA-Curriculum (200 Stunden Präsenzunterricht, 200 Stunden Selbst-Studium mit Online-Studienbriefen]

**Dresden** ab 13. Dezember 2009

**Hamburg** ab 04. Dezember 2009

### Studien mit und über ätherische Öle

vorgestellt von Eliane Zimmermann

An diesem Seminar geht es um die weltweit zahlreich durchgeführten wissenschaftlichen Studien. Wir klären, was es mit Doppelblind-Studien auf sich hat und wie man die Hindernisse der Duftwahrnehmung umgehen kann. Sie werden die Wirkweisen von vielen Ölen, die durch Studien belegt werden konnten, kennen lernen.

13. + 14. Februar 2010, Infos/Anmeldung: [www.feeling.at](http://www.feeling.at)



### Wie Aromatherapie wirkt – Duftende Moleküle für Wohlbefinden und Gesundheit

Eine interaktive und amüsante Einführung in die faszinierende Welt der **Biochemie** der ätherischen Öle. Einprägsam erklärt und für jedermann/jedermann verständlich, so dass Wirkungen und potenzielle Nebenwirkungen gut nachvollzogen werden können.

mit Eliane Zimmermann

✿ 20.+21. Februar 2010 in Feldkirch/Österreich

Infos/Anmeldung: [www.feeling.at](http://www.feeling.at)

✿ 4. + 5. April 2009 in Uster bei Zürich/Schweiz

Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

✿ 10. Juli 2010 in Raisting bei München

Infos/Anmeldung: [www.neumond.de](http://www.neumond.de)

### Wirkweise und Verträglichkeit von natürlichen Duftstoffen in hochwertiger Naturkosmetik

Ein dufter Nachmittag zum Schnuppern und Pflegen [mit Eliane Zimmermann]

17. Februar 2010 in Linz, Österreich.

Infos: <http://www.haut-seele.at>



### Indian Head Massage und Aromatherapie für Schmerzzustände im Kopf- und Nackenbereich [mit Eliane Zimmermann]

✿ 16. März 2010 in Linz, Österreich

✿ 26. April 2010 in Uster bei Zürich/Schweiz Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

✿ 24. September 2010 in Uster bei Zürich/Schweiz Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

### Wickel und Kompressen

mit Vreni Brumm 1. Teil 08. September 2009 2. Teil am 21. Oktober 2009. Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

### Aroma-Pflege im Spital und Pflegeheim

Zweitägiges Seminar mit Ursula Hirter  
Es gibt sie - die neuen Wege, wie im Pflegealltag die Aromapflege integriert werden kann. In diesem Seminar bekommen die TeilnehmerInnen neue Impulse für die praxisnahe Anwendung der ätherischen Öle im Pflegebereich. 12. und 13. September 2009. Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

**Starke Frauen und ätherische Öle** 18.-20. September 2009 - Sonderseminar mit Heilpraktiker und Buchautor Jürgen Trott-Tschepe in Hagen/Nordrhein-Westfalen. Infos: [www.lebendige-aromakunde.de](http://www.lebendige-aromakunde.de)

### Aromakunde/Aromatherapie Basisseminar

19. September 2009 mit Heilpraktikerin Barbara Krähmer in Raisting bei München. Infos: [www.neumond.de](http://www.neumond.de)

### Basisseminar «Aroma-Beratung» und «Aroma-Pflege»

Tagesseminar mit Jean-Claude Richard / Schweiz  
21. September 2009 und 23. November 2009. Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

### Aromamassage-Basisseminar

3. und 4. Oktober 2009 mit Heilpraktikerin Barbara Krähmer in Raisting bei München. Infos: [www.neumond.de](http://www.neumond.de)

### Etherische Öle (in Therapie, Kosmetik und Parfümerie)

immer donnerstags ab Oktober 2009 18.15 Uhr mit Prof. Dr. Dr. Dietrich Wabner  
In dieser öffentlichen und kostenlosen Vorlesung wird über ausgewählte Kapitel der Anwendung von ätherischen Ölen berichtet. Schwerpunkt ist im Winter-Semester die Therapie. In jeder Vorlesungs-Stunde werden etwa sechs ätherische Öle bzw. therapeutische Mischungen an Riech-Streifen und auf der Haut getestet. Ausführliche Manuskripte stehen zur Verfügung. Für interessierte Laien sowie für Medizin-Profis. Infos: [www.nora-international.de](http://www.nora-international.de)

### Aromatherapie und der Duftkreis nach Martin Henglein

Martin Henglein, der Schöpfer des archetypischen Duftkreises zeigt, wie man aus der Vielfalt der ätherischen Öle die wirklich wichtigen Düfte herausfinden kann, ihre Duftbotschaft verstehen und die Anwendungsmöglichkeiten kennen zu lernen. Ziel ist es, für den Alltag ein Set der bewährtesten Düfte zusammenzustellen. 17. und 18. Oktober 2009 in Wien. Infos/Anmeldung: [www.feeling.at](http://www.feeling.at)



### Aroma-Pflege in Geriatrie und Psychiatrie

Wochenendseminar mit Barbara Bernath-Frei 26. und 27. Oktober 2009 Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

### Aromatherapie - Anspruch und Wirklichkeit

Rundumwissen über den verantwortungsvollen klinischen Einsatz von ätherischen Ölen – präsentiert von einem der führenden Wissenschaftler, der sich seit Jahrzehnten mit ätherischen Ölen beschäftigt: Prof. Dr. Dr. Dietrich Wabner. 7. November 2009 in Wien und 28. November 2009 in Feldkirch/Österreich. Infos/Anmeldung: [www.feeling.at](http://www.feeling.at)

### Mit Aromatherapie durch die Höhen und Tiefen eines Frauenlebens

Tagesseminare mit Ingeborg Stadelmann  
11. November 2009 und 23. März 2010  
Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

### 3. Tag des ätherischen Öls

veranstaltet vom aromaForum Österreich am 14. November 2009 in Linz, mit Prof. Dr. Dr. Dr. Hanns Hatt über die Riechphysiologie, Monika Werner über Aromatherapie für Kinder, Ingeborg Wäschenbach über gesunde Aromaküche und vielen anderen.  
Info und Anmeldung: [aromaforum.buero@aon.at](mailto:aromaforum.buero@aon.at)

### Aphrodites geheime Rezepte

Wochenendseminar mit Susanne Fischer-Rizzi am 30. und 31. Januar 2010 Infos/Anmeldung: [www.farfalla.ch](http://www.farfalla.ch)

# Wandern und Nordic Walking in Südwest-Irland

ANZEIGE

*Unterwegs in mystischen Bergen, zu Steinkreisen und Burgen am Atlantik*



Eine Woche Bewegung, Entspannung und Natur-Erlebnis in einer der großartigsten Naturlandschaften Europas. Die urwüchsige Natur an der irischen Südküste in der Bantry Bay, wo sich Meer und Berge begegnen, und die vom Golfstrom in mildem Klima gehegte Pflanzenvielfalt werden Sie in ihren Bann ziehen.

## Wanderwoche: 12. bis 19. September 2009

**Two-for-One-Preis 490 Euro** [info@irland-wandern.de](mailto:info@irland-wandern.de) oder Tel. 089 89 623 290



Nordic Walking und Wandern am Golfstrom. Wir nehmen Sie mit zu den schönsten Orten Südwest-Irlands, hoch hinauf in die Millionen Jahre alte Bergwelt der Caha Mountains, zu alten Steinkreisen und zu Kraftorten der frühen Bewohner und der Kelten, oder zum Strand-Wandern. Ihre Stöcke stehen schon für Sie bereit. Wir helfen gerne bei der Reiseplanung.

Wir wandern mit Stöcken und wir sind es gewohnt, 10 bis 15 Kilometer zu gehen – doch wir hetzen nicht, wir stellen das Erleben und Genießen in den Vordergrund. Wir erzählen Ihnen unterwegs die Geschichten von Land und Leuten, von einem wunderschönen Land, in dem wir gerne leben. Mehr Informationen bei: Markus Bäuchle · InfoTelefon D (089) 896 23 290 oder [www.irland-wandern.de](http://www.irland-wandern.de)